
SEIKKAILU YRTTIEN KADONNEESEEN MAAILMAAN

Ohjelmapaketti peruskoulun 2.–6.-luokkalaisille yrttien keräilystä ja käytöstä



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Kestävän kehityksen koulutusohjelma

Forssa, syksy 2015

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Karoliina".

Karoliina Manninen



FORSSA
Kestävä kehitys

Tekijä	Karoliina Manninen	Vuosi 2015
Työn nimi	Seikkailu yrttien kadonneeseen maailmaan – Ohjelmapaketti peruskoulun 2.–6.-luokkalaisten yrttien keräilystä ja käytöstä	

TIIVISTELMÄ

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa toiminnallinen ohjelmapaketti yrttien käytöstä peruskouluikäisille. Työn tilasi Pirkanmaan Perinnepiha Tampereella, ja ohjelmapaketti on osa laajemmin geenivaroihin ja perinnekasveihin liittyvää Geenivaraoppi-hanketta. Ohjelmapaketin tavoitteena on tuoda esiin perinteiden ja perinnetiedon tärkeyttä sekä inspiroida lapsia parantavien yrttien tunnistamiseen ja käyttöön. Lapset oppivat, miten tavallisimpia vaivoja voi hoitaa kasveilla, ja miten yrttejä kerätään ja käytetään turvallisesti. Ohjelmapakettiin on valittu viisi yrttiä.

Ohjelmapaketti koostuu kahdesta osasta: ennakkotehtävistä ja seikkailupäivästä Pirkanmaan Perinnepihalla. Paketti on pyritty tekemään mahdollisimman selkeäksi, jotta opettajien olisi helppoa ottaa se käyttöön. Pakettia voivat käyttää opetuksessaan peruskoulun opettajat sekä erilaiset lasten vapaa-ajan ja luontokerhojen ohjaajat.

Perinnepihalla tehtävän paketin lisäksi opinnäytetyöprosessissa syntyi myös toinen, itsenäinen ohjelmapaketti, jota voi käyttää missä vain – sen käyttöönotto ei vaadi retkeä Perinnepihalle Tampereelle. Se sisältää oma-toimiset ohjeet seikkailuretkä varten, joten ohjelmapaketin käytön ei tarvitse rajautua vain Tampereen seudulle.

Ohjelmapaketin menetelmien suunnittelussa on hyödynnetty pääasiassa draamaa, tarinallisuutta ja maakasvatus-nimistä ympäristökasvatusohjelmaa. Maakasvatus perustuu jäseneltyihin ja tavoitteellisiin oppimistilanteisiin, jotka inspiroivat lasta oppimaan muun muassa toiminnallisuuden ja houkuttelevan tunnelman avulla.

Ohjelmapaketti laitetaan opettajille suunnatulle peda.net-sivustolle, jossa on oma osio Geenivaraoppi-hankkeessa luoduille materiaaleille. Ohjelmapakettia tuodaan esiin myös Pirkanmaan Perinnepihan omassa tiedotuksessa. Ohjelmapaketti otetaan Perinnepihalla käyttöön syksyllä 2016.

Avainsanat Ympäristökasvatus, lapset, perinteet, yrtit, lääkekasvit

Sivut 17 s. + liitteet 33 s.

Forssa
Sustainable development

Author	Karoliina Manninen	Year 2015
Subject of Bachelor's thesis	An adventure to the lost world of the herbs – An educational program for the 2nd-6th grade comprehensive school pupils about collecting and utilizing of natural herbs	

ABSTRACT

The main purpose of this thesis was to create an educational program package focusing on the utilization of some natural herbs. The target group of this work is primary school aged young persons. The thesis was subscribed by Pirkanmaan Perinnepiha (an organization running a heirloom garden) in Tampere. The program developed here in the context of this thesis is an element in the broader program of the gene pool of heirloom and traditional plants. The objective of the program package is to bring up the importance of the heirloom plants and the traditional knowledge to inspire young persons to identify and make use of natural herbs. Young persons will learn how to cure common ailments and how to collect and use herbs safely. In this thesis five specific herbs were selected and focused.

The program package consists of two parts: firstly tasks to be prepared beforehand and secondly the action day in Pirkanmaan Perinnepiha. The package can be utilized by teachers of the comprehensive schools and free time instructors. In addition to the program to be accomplished in Perinnepiha, in the thesis process also another independent program was developed which was planned to be utilized anywhere. It contains guidance for organizing a self-made adventure tour so it is possible to utilize the program wider and not only in the Tampere region.

In the methods of the package mainly drama, stories and the principles of Earth Education program are used. The Earth Education is founded on the structured and targeted learning sessions which inspire the young people to learn by doing in an attractive environment.

The program package will be placed to a teachers' website "peda.net" where there is a section for the materials of the program of the gene pool, and it will be promoted also in the marketing of Pirkanmaan Perinnepiha. The program package will be put in use by Perinnepiha in autumn 2016.

Keywords Environmental education, children, heirloom, herbs, medicinal plants

Pages 17 p. + appendices 33 p.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	PERINTEIDEN MERKITYS JA TOIMEKSIANTAJIEN ESITTELY	2
3	PARANTAVAT YRTIT: TAUSTAA.....	3
3.1	Opinnäytetyöhön valittu terminologia	3
3.2	Lapset, yrtit ja turvallisuus	3
3.3	Yrttien keräämisen ja luonnossa liikkumisen lainsäädäntöä.....	4
4	OHJELMAPAKETIN SUUNNITTELU	5
4.1	Katsaus ympäristökasvatukseen	5
4.2	Suunnittelun lähtökohdat.....	6
4.3	Toimeksiantajien toiveet	7
4.4	Käytettävät menetelmät.....	8
4.4.1	Draama	8
4.4.2	Houkutin, jäsennin ja uppoutin.....	9
4.4.3	Palkitseminen, vahvistaminen ja yhdistäminen.....	10
4.4.4	Siirtovaikutus.....	10
4.5	Yrttien valitseminen	11
4.6	Tietoa valituista yrteistä	12
5	TYÖN TULOSTEN HYÖDYNNETTÄVYYS	12
5.1	Käyttöönotto.....	13
5.2	Markkinointi.....	13
5.3	Ohjelmapaketin kehittäminen	13
6	POHDINTA.....	14
	LÄHTEET	16

Liite 1	Opettajan ohje
Liite 2	Kirjeet
Liite 3	Pussin askarteluohjeet
Liite 4	Ryhmiinjakaantumiskortit
Liite 6	Kadonnut Yrttitieto -kortit
Liite 6	Loppudiplomi
Liite 7	Opettajan palautelomake

1 JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön tarkoitus on luoda peruskouluikäisille suunnattu ohjelmapaketti, joka koostuu kouluilla tehtävistä itsenäisistä ennakkotehtävistä ja retkestä Pirkanmaan Perinnepihalle. Ohjelmapaketin retken voi toteuttaa myös omatoimisesti jonnekin muualle kuin Perinnepihalle, jolloin käyttäjäkohderyhmän ei tarvitse rajautua vain tamperelaisiin kouluihin.

Ohjelmapaketin tavoitteena on parantaa lasten luontosuhdetta tuomalla esiin perinteiden ja perinnetiedon tärkeyttä sekä inspiroimalla lapsia kasvien tunnistamiseen ja käyttöön pienien vaivojen hoidossa. Lapsille on tärkeää luoda puitteet hyvän luontosuhteen syntymiselle jo aikaisessa iässä. Taina Laaksoharju ja Erja Rappe toteavat tutkimuksensa tuloksissa (2010), että suomalaisten lasten, erityisesti kaupungeissa asuvien, luontosuhde on vaarassa huonontua. Laaksoharjun ja Rappen mukaan erityisesti ulkona tehtävä, puutarha-aiheinen (horticulture) toiminta voisi lisätä tehokkaasti lasten tietoa, kiintymystä ja kiinnostusta kasvikuntaa ja luontoa kohtaan.

Ohjelmapaketin tarkoitus on tuoda esiin, että monia yleisiä suomalaisia puutarha- ja luonnonkasveja voi syödä tai jopa käyttää terveyden ylläpidossa hyödyksi. Moni lapsi on kiinnostunut maistelevaan erilaisia kasveja pihapiirissä, joten on tärkeää, että lapsilla on kasveista ja niiden myrkyllisyydestä tietoa. Ohjelmapaketin tarkoituksena on myös lisätä turvallista ja tietoista suhdetta kasviin, joten ohjelmassa korostetaan kertautuvasti erilaisia turvallisuusnäkökulmia kasvien poimimisesta.

Ohjelmapaketissa opetettava tieto rajataan vain viiteen yleiseen kasviin, jotta tietomäärä pysyy selkeänä ja helposti omaksuttavana. Valitut yrtit ovat turvallisia syödä eikä niillä ole myrkyllisiä näköislajeja. Yrttien vaikutukset kohdistuvat yleisimpiin lasten kohtaamiin vaivoihin, kuten flunssaan, ripuliin ja haavoihin. Ohjelmassa tuodaan esiin myös se, että mitään yrttiä ei tule käyttää suuria määriä tai pitkiä yhtäjaksoisia aikoja, sillä ”määrä tekee myrkyt”. Eli vaikka ohjelmaan on valittu turvallisia yrttejä, niidenkin nauttiminen suurissa määrin voi olla haitaksi terveydelle.

Ohjelmapaketissa esiin tuotava tieto yrteistä pohjautuu sekä kansanperinteeseen että tutkittuun tietoon. Tutkittua tietoa ylipäänsä on monista kasveista todella vähän, ja lapsiin liittyvää tutkimustietoa on sitäkin vähemmän. Siksi opinnäytetyössä noudatetaan varovaisuusperiaatetta, eli kaikki valitut yrtit ovat mietoja vaikutuksiltaan ja niitä maistellaan ohjelman aikana todella pieni määrä. Lisäksi turvallisuusseikat nostetaan esiin tehtävissä.

Ohjelman suunnittelussa hyödynnetään pitkälti maakasvatus-nimistä ympäristökasvatusohjelmaa, joka perustuu jäsenneltyihin ja tavoitteellisiin oppimistilanteisiin, jotka inspiroivat lasta oppimaan muun muassa toiminnallisuuden ja ”taianomaisuuden” avulla. Ohjelmapaketti rakentuu seik-

kailullisen tarinan ympärille, jonka puitteissa lapset pääsevät tekemään seikkailuvalmisteluja ja osallistumaan seikkailuretkelle, jossa etsitään kadonnutta yrttitietoa ja samalla tutustutaan eri näkökulmien ja toiminnallisten tehtävien avulla viiteen valittuun yrttiin. Ohjelmapaketista pyritään tekemään mahdollisimman selkeä ja helppokäyttöinen, jotta sellaisetkin opettajat, joilla ei ole aikaisempaa kokemusta tai tietoa yrteistä, voivat pitää ohjelman helposti.

Opinnäytetyön liitteissä on kaikki materiaalit ohjelmapaketin pitämiseen. Opettajan ohjeessa (liite 1) on ohjeet koko ohjelman toteuttamiseksi, ja Kirjeet, Seikkailijan Keräilypussin askarteluohjeet, Ryhmiinjakautumiskortit ja Kadonnut Yrttitieto -kortit (liitteet 2–5) ovat ohjelmassa tarvittavia materiaaleja. Liittessä 6 on loppudiplomi, jonka lapset saavat seikkailun päätteeksi, ja liite 7 on palautelomake, joka annetaan opettajalle ohjelman jälkeen täytettäväksi.

2 PERINTEIDEN MERKITYS JA TOIMEKSIANTAJIEN ESITTELY

Opinnäytetyön toimeksiantajina toimi Pirkanmaan Perinnepiha sekä Geenivaraoppi-hanke. Pirkanmaan Perinnepiha on perinnepuutarha, johon kerätään kasvikantoja eri puolilta Pirkanmaata, ja se toimii Tampereella Ahlmanin maaseutuopiston yhteydessä. Perinnepihan tarkoitus on olla geenipankkina perinteisille kasvikannoille ja tuoda perinnekasvitietoutta esiin vierailijoille sekä Ahlmanin opiskelijoille.

Pirkanmaan Perinnepiha on mukana Geenivaraoppi-hankkeessa, jonka tavoitteena on tuottaa ja levittää tietoa suomalaisista kasvigeenivaroista, maatiaisista ja vanhoista lajikkeista. Hankkeeseen liittyen toteutettiin vuoden 2015 aikana Perinnepihalle erilaisia geenivarioihin liittyviä ohjelmapaketteja, ja Seikkailu yrttien kadonneeseen maailmaan on yksi niistä.

Kasvigeenivaroilla tarkoitetaan maa-, metsä- ja puutarhataloudessa viljeltyjen kasvien monimuotoisuutta. Kasvigeenivaroja ovat muun muassa maatiaiskasvit, vanhat viljelylajikkeet ja niiden luonnonvaraiset sukulaiset. Kasvigeenivarat ovat merkittävä osa paikallista viljely-, ruoka- ja tapakulttuuria, joten niiden opiskelun kautta voidaan siirtää perinnetietoa sukupolvelta toiselle. Kasvigeenivarojen opiskelu liittyy useisiin oppiaineisiin, ja konkreettisena ilmiönä se on hyvä kohde tutkivalle, konkreettiselle oppimiselle. (Luke n.d.)

Geenivaraoppi-hanke on alkanut vuoden 2014 keväällä ja loppuu vuoden 2015 lopussa. Hanketta vetää Luke ja Suomen kansallinen kasvigeenivaraohjelma, ja sitä rahoittaa Opetus- ja kulttuuriministeriö, Luke, Metsähallitus ja Ahlmanin koulun säätiö. Geenivaraoppi-hankkeen loppumisen jälkeen yrttiseikkailuohjelman hallinnoinnista vastaa Ahlman.

Toimeksiantajien toiveiden ja toimenkuvan kautta perinteet ovat keskeinen teema opinnäytetyössä. Ohjelmapaketissa pyritään tuomaan esiin se,

että yrttien käyttäminen ja tieto niistä on arvokasta ja säilyttämisen arvoista.

3 PARANTAVAT YRTIT: TAUSTAA

Tässä luvussa tarkastellaan lyhyesti parantaviin yrtteihin liittyvää terminologiaa sekä yrttien ja lasten suhdetta. Lopuksi luvussa kerrotaan myös yrttien keräämiseen liittyvästä lainsäädännöstä.

3.1 Opinnäytetyöhön valittu terminologia

Usein parantaviin yrtteihin tai yrtteihin silloin, kun niitä käytetään terveyden ylläpidossa tai hoidossa, viitataan sanalla ”lääkeyrtti” tai ”lääkinnällinen yrtti”. Halusin kuitenkin tietoisesti opinnäytetyössä välttää näiden sanojen käyttöä.

Päätin välttää lääke-sanaa, koska lääkkeisiin liittyy paljon lakiin ja muihin säännöksiin liittyviä asianhaaroja, joiden huomioon ottaminen ei olisi kaiken kaikkiaan mielekästä opinnäytetyön luonteen vuoksi. Opinnäytetyö käsittelee yrttien vaikutuksia todella pintapuolisesti, ja osa lähteistä perustuu enemmän kansanperinteeseen kuin tieteelliseen tutkittuun tietoon – molemmat ratkaisut tein harkitusti ja tarkoituksella opinnäytetyön luonteen huomioiden. Ohjelmapaketin tarkoituksena ei ole niinkään tehdä lääketieteellistä selontekoa lapsille yrttien vaikutuksista erilaisiin sairauksiin, eikä myöskään kannustaa lapsia käyttämään yrttejä minkään vakavien sairauksien hoidossa, jotka vaativat modernia lääketieteellistä hoitoa. Tarkoitus on perehtyä kasvien maailmaan, ja sitä kautta inspiroitua kasvien ja luonnon ihmeellisyydestä. Yrttien parantavia vaikutuksia käytetään väylänä tutustua vanhoihin perinteisiin.

Käytän sanan ”lääkinnällinen” sijaan sanaa ”parantava”. Tällöin yrttien käyttäminen yhdistyy mielikuvissa johonkin vähemmän vakavaan, pienempien vaivojen hoitoon, kuin käytettäessä sanaparia ”lääkinnällinen yrtti”. Tällä pyritään siihen, että koko ohjelmapaketin lähestyminen on opettajille, lapsille ja vanhemmille helpompaa.

3.2 Lapset, yrtit ja turvallisuus

Parantavia yrttejä saatetaan usein pitää mietoina ja vaarattomina, joten on tärkeää, että niiden mahdollisista haittavaikutuksista puhutaan. Ei kuitenkaan kannata suhtautua yksioikoisen tuomitsevasti koko yrtti- ja luontais-tuotesektoriin. Luonnon yrteillä on monia etuja verrattuna synteettisiin valmisteisiin. (Yrttitarha. Ovatko kaikki yrtit haitallisia maksalle? n.d.)

Moni saattaa pitää yrttejä ja lapsia outona ja jopa pelottavana yhdistelmänä. Yrttien parantava käyttö on kuitenkin laaja käsite ja se ulottuu terveellisestä kasvisruokavaliosta ja ruoan maustamisesta aina vahvoilla kasveilla

lääkitsemiseen (Raipala-Cornier 1997, 11). Tässä opinnäytetyössä vaivat, joihin yrttejä ehdotetaan käytettäväksi eivät ole vakavia, ja yrttejä käytetään ja suositellaan käytettäväksi vain pieniä määriä.

Joissakin yrttivalmisteissa on merkintä ”Ei lapsille”, koska nimenomaan lapsilla ei ole tehty tutkimuksia kyseisen valmisteen käytöstä. Varoitus ei siis tarkoita, että tuote olisi todettu lapsille vaaralliseksi, vaan että sen turvallisuutta ei ole testattu lapsilla. Lapsiin liittyviä tutkimuksia yrttien käytöstä on ylipäänsä tehty vähän. Tieteellisen tutkimustiedon puuttuminen yrttivalmisteen tai yrttien käytöstä ei kuitenkaan aina tarkoita sitä, että tietoa ei olisi ollenkaan. Pitkältä aikaväliltä kokemukseräisesti hankittua tietoa, ”kansantietoa”, kasvien vaikutuksista terveyteen on paljon. Usein tällainen ”kansantieto” on myöhemmin voitu todistaa tieteellisestikin paikansäilyttäväksi, kertoo proviisori Kaija Heikkilä (2002).

Varovaisuusperiaatteen vuoksi tässä opinnäytetyössä kaikki yrtit ovat turvallisia, ja lapsille suositellaan annettavaksi kasveja vain pieninä ja lyhytkestoisina annoksina. (Yrttitarha. Keruu ja käsittely n.d.)

Joitakin suuntaviivoja yrttimääristä lapsille on löydettävissä. Erään ohjeen mukaan lapsia voi hoitaa yrteillä samalla tavalla kuin aikuisiakin, kun puolittaa yrttien määrän. Tällöin lapselle sopisi antaa 0,25–0,5 tl kuivattua yrttiä, tai 0,25–0,5 rkl tuoretta yrttiä, yhteen kupilliseen vettä, ja päivän aikana lapsi saisi juoda yrttiteetä 0,5–0,75 litraa. Yrttiteekuuri ei tule kestää kahta viikkoa pidempää. (Yrtit ja öljyt 2013.)

Yrttejä käytettäessä tulee huomioida myös lasten mahdolliset allergiat. Ohjelmapaketin ennakotehtävien aikana opettaja varmistaa lapsilta, ettei kukaan ole keuhkoihoreaktioallergiaa. Jos joku kärsii keuhkoihoreaktioallergiasta, opettaja neuvoo tätä olemaan koskematta ja maistamatta siiankärsämöä ja keuhkukkaa seikkailupäivän aikana, tai ainakin kehottaa varovaisuuteen. Tämä tehdään siitä syystä, että pujoallergiset ihmiset voivat helposti saada allergisia reaktioita muidenkin mykerökukkaisten eli asterikasvien heimon kasvien käytöstä. Ohjelmaan valitut siiankärsämö ja keuhkukka kuuluvat tähän heimoon. Jos yrtti herättää henkilössä allergisen reaktion, ulkoisesti käytettynä ilmenee todennäköisesti kosketusihottumaa ja nokkosihottumaa, ja sisäisesti käytettynä iho-oireita mutta myös hengitysteiden ja ruoansulatuskanavan oireita. (Haahtela & Hannuksela 2009; ks. myös Yrttitarha. Keruu ja käsittely n.d.)

3.3 Yrttien keräämisen ja luonnossa liikkumisen lainsäädäntöä

Yrttien keräämisestä ei ole suoraa mainintaa laissa, mutta niiden poimimiseen sovelletaan jokamiehenoikeuksia. Seuraavassa on mainittu, mitä jokamiehenoikeudet sallivat, ja myös se mitä laissa nimenomaan kielletään.

Sallittua ilman erillistä lupaa

- Toisen maalla kulkeminen

- Tilapäisesti toisen maalla yöpyminen
- Sienien ja marjojen kerääminen
- Kukkien ja ruohomaisten kasvien poimiminen

Kiellettyä ilman erillistä lupaa

- Kulkeminen ja yöpyminen toisen viljelymailla ja piha-alueella (näköetäisyydellä asuinrakennuksista) ja minkään kerääminen näistä paikoista
- Roskaaminen
- Avotulen tekeminen toisen maalle
- Puun ottaminen kasvavasta, kuivuneesta tai kaatuneesta puusta
- Kasvavasta puusta oksien, juuren, tuohen, kuoren, lehtien, pihkan, mahlan, terhojen, pähkinöiden ja käpyjen ottaminen
- Sammalen, jäkälän ja turpeen ottaminen
- Ruohon niittäminen

Ruohomaisten yrttien kerääminen pienessä määrin (kotikäyttöön) on siis jokamiehen oikeuksien mukaan sallittua. Jos kerätään paljon esim. me-siangervoa tai nokkosta sirpillä leikaten, on keruu rinnastettavissa ruohon niittämiseen, mikä on rikoslain mukaan kiellettyä. Ilman lupaa on myös kiellettyä kerätä esimerkiksi joitakin yleisiä sellaisia yrttejä kuten koivunlehtiä, pihlajanlehtiä sekä männyn- ja katajanneulasia, tai juoksuttaa koi-vunmahlaa. (Yrttitarha. Jokamiehen- ja naisen oikeudet n.d.)

4 OHJELMAPAKETIN SUUNNITTELU

Ohjelmapaketin suunnittelu oli opinnäytetyöprosessin sekä työteliäin että opettavaisin osio. Tässä luvussa kerrotaan, mihin ratkaisuihin suunnitte-lussa on päädytty, ja mikä on ohjannut päätöksentekoa.

4.1 Katsaus ympäristökasvatukseen

Ympäristökasvatuksella on useita määritelmiä, mutta usein se tarkoittaa elinikäistä oppimisprosessia, jossa ihmiset tulevat tietoisiksi ympäristöstä ja ympäristökysymyksistä ja myös omista rooleistaan ympäristön hoitajina ja säilyttäjinä (Wolff 2004, 19). Myös Seikkailu yrttien kadonneeseen maailmaan -ohjelmapaketin tavoitteina on herättää lapsissa tietoisuutta ympäristöstä parantamalla heidän luontosuhdettaan. Myös kasvien tutki-misen ja niiden käyttöön perehtymisen tarkoitus on kasvattaa luontosuhdetta ja samalla voimauttaa lapsia tuntemaan oma roolinsa aktiivisena toimijana ympäristöasioissa.

Seikkailu yrttien kadonneeseen maailmaan -ohjelmapaketti ei täytä kaik-kia ympäristökasvatuksen ominaispiirteitä sellaisenaan, sillä paketti on ajallisesti ja teemallisesti hyvin rajattu. Kuitenkin vaikuttava ympäristö-

kasvatus toteutuu kaikilla yhteiskunnan sektoreilla ja monin eri tavoin ja menetelmin (Wolff 2004, 68). Siksi Seikkailu yrttien kadonneeseen maailmaan -ohjelma voi täydentää hyvin koulujen omia ympäristökasvatusohjelmia. Ympäristökasvatuksen yhdeksi tavoitteeksi on määritelty, että yksilöille, ryhmille ja koko yhteiskunnalle luodaan uusia ympäristöön liittyviä toimintamalleja (Wolff 2004, 19). Uusien toimintamallien syntymiseen pyritään myös tässä ohjelmapaketissa myöhemmin mainittavalla menetelmällä nimeltä siirtovaikutus.

4.2 Suunnittelun lähtökohdat

Seuraavaksi esitellään käytännön lähtökohdat, joiden pohjalta ohjelmapaketti on suunniteltu. Lähtökohtiin kuuluu muun muassa oppilaiden ominaisuudet ja tausta, ympäristö, ohjaajat sekä käytettävissä oleva aika ja raha (van Matre 1990, 253). Seuraavassa on listattu lähtökohtatilanteen piirteitä, joiden pohjalta oli mahdollista alkaa suunnitella ohjelmapakettia, ja samalla kerrotaan niitä seuranneista johtopäätöksistä.

Geenivaraoppi-hanke on ala- ja yläkoulujen koulutukseen liittyvä hanke, joten opinnäytetyönä syntynyt ohjelmapaketti tulee suunnitella ensisijaisesti koululuokan toteutettavaksi. Jotta ohjelma on koululuokan kanssa helppo toteuttaa, se on suunniteltava toimivaksi verrattain isolle, noin 20 hengen kokoiselle ryhmälle. Ohjelman tarkentuessa kävi kuitenkin ilmi, että ohjelman voi toteuttaa myös pienempien ryhmien kanssa, esimerkiksi omien lasten tai luontokouluryhmän kanssa.

Ei ole varmaa kuinka paljon resursseja Pirkanmaan Perinnepihalla vuoden 2016 syksyllä on, joten on varmempaa rakentaa ohjelmapaketti sen varaan, että Perinnepihalta ei tarvita ohjelman toteuttamiseen ohjaajaa koko ajaksi. Siksi ohjaajana ohjelmalle toimii luokan oma opettaja, tai kuka vain muu vanhempi, kenellä on tarvittavat ohjeet ja materiaalit käytössään. Tämä asettaa vaatimuksen sille, että kaikki materiaalit on pyrittävä suunnittelemaan selkeiksi ja helposti toteutettaviksi, ja ohjelmien on oltava myös sellaisia, että ylimääräisiä apuohjaajia ei tarvita. Lisäsanoja tulee välttää, sillä ne tekevät virallisista ohjeista epäpätevät kuuloisia ja vaikeutavat luettavuutta (Tukiainen, sähköpostiviesti 22.9.2015).

Ympäristönä toimii ennakotehtävien ajan oma koulu ja seikkailupäivän ajan Ahlmanin maaseutuoppilaitoksen sisäpihalla sijaitseva Pirkanmaan Perinnepiha – ellei kyse ole itsenäisesti suoritettavasta ohjelmapaketista, jolloin myös seikkailupäivän aikana ympäristönä toimii jokin omaa koulua lähellä oleva, määrittelemätön ympäristö.

Ohjelman suunniteltu kesto on aamu-/iltapäivän mittainen eli noin 3 tuntia, jotta luokat voisivat tulla tekemään ohjelman ennen tai jälkeen koululounaan. Ahlmanilta on mahdollista tilata myös eväspaketteja tai lounasta, mikäli näin sovitaan.

Koska koulujen budjetit ovat usein tiukalla, on hyvä suunnitella ohjelman toteuttaminen myös taloudellisesti helposti lähestyttäväksi. Ohjelman tekemiseen tarvitaan vain muutamia tarvikkeita, joita luultavasti kouluilla on jo valmiiksi, ja jos ei ole, niin tarvittavissa materiaaleissa on vähäiset materiaalikustannukset.

Ohjelman kohderyhmä on peruskoulun 2.–6.-luokkalaist. Ikäryhmä valikoitui sen perusteella, että ohjelmassa on muutamia tehtäviä, joissa tulee osata jo lukea. Ohjelma hyödyntää sadun ja draaman keinoja, joten ohjelma tukee luultavasti parhaiten alakoululaistien oppimista.

4.3 Toimeksiantajien toiveet

Opinnäytetyöprosessin alussa neuvoteltiin toimeksiantajan kanssa tämän toiveista, ja ohjelmapaketille valittiin seuraavanlaiset tavoitteet. Tavoitteet luotiin niin, että ne palvelisivat sekä Perinnepihan että Geenivaraoppihankkeen pyrkimyksiä.

Toimeksiantajan toiveet ovat, että ohjelmapaketti

- kehittää lasten luontosuhdetta
- vahvistaa perinteiden arvon ymmärtämistä
- opettaa parantavien yrttien tuntemista.

Ensimmäinen tavoite, luontosuhteen ja ympäristöherkkyyden kehittyminen, on myös monessa ympäristökasvatusteoriassa keskeinen teema. Lapsuudessa ympäristökasvatuksen keskeisin tavoite on kehittää ympäristöherkkyyttä, Lili-Ann Wolff (2004) siteeraa Jerosen ja Kaikkosen talomallin teoriaa (2001). Talomallin mukaan lapsuudessa ympäristöherkkyyden kehittyminen muodostaa pohjan ympäristövastuulliselle käyttäytymiselle, joka puolestaan on monien ympäristökasvatusajattelijoiden mukaan ympäristökasvatuksen tärkeimpiä päämääriä (Wahlström 1997, 20–21; Aho 1993, 266–280). Siksi halusin sisällyttää Seikkailu yrttien kadonneeseen maailmaan -ohjelmaankin harjoituksia, joilla ei ole muuta tarkoitusta kuin herkistyä luonnolle ja siten edesauttaa luontosuhteen kehittymistä. Myös se, että ohjelma tehdään oikeiden kasvien parissa ja erilaisia luontoon ja kasveihin liittyviä tietoja opetellen, pyrkii kehittämään lasten luontosuhdetta.

Toista tavoitetta eli perinteiden merkitystä tuodaan ohjelmassa esiin monella tavalla. Koko tarinan juoni perustuu sille, että perinteinen yrttitieto on alkanut kadota ihmisten muistista, millä on kohtalokkaita seurauksia, ja lasten täytyy löytää tämä kadonnut tieto takaisin. Lisäksi kasvien perinimille omistetaan kokonainen tehtävä, jossa päästään perehtymään kasvien vanhoihin nimiin, jotka kertovat muun muassa kasvin erilaisista käyttötarkoituksista. Ja lopulta perinteet heijastuvat koko ohjelman teemasta, sillä kasvien käyttö parantaviin tarkoituksiin on jo itsessään sisäänrakentanut arvon siitä, että perinteiset tavat toimia ovat arvokkaita.

Kolmas tavoite on, että lapset oppisivat, miten tavallisimpia lasten kohtaamia vaivoja voidaan hoitaa kasvien avulla. Ohjelmaan on valittu viisi yrttiä, joiden ulkonäköä, ominaisuuksia, käyttötapoja ja nimiä tarkastellaan erilaisissa toiminnallisissa tehtävissä. Monessa tehtävässä tulee esille se, minkälaisiin vaivoihin kasvit voivat auttaa.

4.4 Käytettävät menetelmät

Ohjelmapaketissa käytetyt menetelmät on valittu opettajien toiveiden, toimeksiantajan kanssa asetettujen tavoitteiden täyttymisen ja ympäristökasvatusteorioiden perusteella.

Geenivaraoppi-hankkeen puitteissa on tehty opettajille kysely (Hartikainen & Heinonen 2014), jota pystytään hyödyntämään ohjelman suunnittelussa. Kysely osoittaa opettajien toivovan seuraavia menetelmiä käytettäväksi geenivara-aiheisessa kasvatuksessa: valokuvat, maistaminen, monivalintatehtävät, älypuhelinsovellykset ja tutkimustehtävät. Mahdollisuuksien mukaan otin osan toivotuista menetelmistä ohjelmapakettiin mukaan. Älypuhelinsovellusten ja valokuvien käyttäminen oppimismetodeina jäivät valittavasti hyödyntämättä, mutta ohjelmassa pystytään hyödyntämään maistamista, monivalintatehtäviä ja tutkimista ohjelman tehtävien menetelminä.

Eniten ohjelman menetelmien suunnittelussa hyödynnetty ympäristökasvatusohjelma on nimeltään maakasvatus. Meri-Helga Mantere (1994, 21) kertoo maakasvatuksen olevan hänen tuntemistaan ympäristökasvatusohjelmista systemaattisin, perustelluin ja kokonaisvaltaisoin. Ohjelman on kehittänyt amerikkalainen Steve van Matre 1990-luvulla, ja se käyttää hyväksi muun muassa taiteellisia, aistikokemuksellisia ja elämyksellisiä elementtejä. Seuraavaksi esitellään maakasvatuksesta yrttiohjelmapakettiin poimittuja kiinnostavia menetelmiä.

4.4.1 Draama

Ohjelmapaketissa on hyödynnetty suurissa määrin draamaa toimintatapana. Hanna Nordström kertoo sen olevan hyvä menetelmä tavoiteltaessa vahvoja elämyksiä, sosiaalisuutta ja empatiaa. Draamaa käytettäessä kehystarina vie osallistujat ”virtuaaliseen” oppimisympäristöön, joka muodostaa raamit ja toimintapaikan opeteltavalle asialle. Keksityt tarinat, esiin nousevat kysymykset ja ratkaisut siivittävät osallistujien matkaa ohjelman aikana. (Nordström 2004, 120.)

Jeffrey Wilhelmin ja Brian Edmistonin (1998) näkemyksen mukaan draaman ja tarinan turvin osallistujat voivat paremmin uskaltaa käsitellä ikäviäkin asioita, koska kyseessä ei ole oikeat ongelmat, vaan kuvitellun maailman tapahtumat, eikä näin ollen osallistujien tarvitse myöskään paljastaa omaa mielipidettään (Nordström 2004, 120). Pedagogisen draaman avulla voidaan tehokkaasti herättää omakohtaisia pohdintoja. Kati Vähä-

Jaakkolan (1999) mukaan draama sopii erityisesti asenteiden sekä ajatusten tiedostamiseen ja tutkimiseen (Nordström 2004, 121).

Ohjelmapaketissa draamaa hyödynnetään koko ohjelman läpi kulkevan tarinan (liite 2) avulla. Osallistujista tulee seikkailijoita, joiden tehtävänä on pelastaa maailma. Sankariin samaistumisen avulla osallistujien toivotaan pystyvän irroittautumaan arkiminästänsä ja kokemaan asioita uudella tavalla. Tarkoituksena on herättää pohdintoja ympäröivästä maailmasta. Tarinan avulla maailmassa kasvavat ympäristö-, kulttuuri- ja sosiaaliset ongelmat voidaan esittää niin, etteivät ne ole liian alleviivavia tai pelottavia, mutta voivat silti herättää lapsen tutkimaan ja tiedostamaan omia ajatuksiinsa.

4.4.2 Houkutin, jäsenin ja uppoutin

Houkutin on syy lähteä liikkeelle, innostaa mukaan pakottamisen sijasta (van Matre 1990, 256). Tähän käytetään mystistä kirjettä, jonka opettaja ”löytää” jostakin sattumalta ja tuo hämmästyneenä lapsille. Lisäksi etukäteen kuultava jännittävä satu virittää oppilaita seikkailun tunnelmaan. Käytännön läheisenä ennakkotehtävänä on askarrella kaikille oppilaille Seikkailijan Keräilypussit (liite 3), joihin ohjelman aikana kerätään Kadonnut Yrttitieto -kortteja (liite 5). Ohjelman koostuminen useasta eri osasta lataa jännittyneitä odotuksen tunteita eli rakentaa ohjelmakokonaisuudesta mukaansatempaavan jatkumon, ja on lisäksi pedagogisesti kannattava: Lasten on helpompi oppia, kun opetettava asia kertaantuu useaan otteeseen ja uuden monimutkaisemman tiedon voi liittää jo aiemmin opittuun yksinkertaisempaan tietoon (tästä kerrotaan enemmän tuonnetun, kohdassa ”Opitun vahvistaminen”).

Jäsentimet ovat eräänlaisia muistisääntöjä, joiden avulla osallistujat voivat helpommin seurata, mitä ohjelman aikana tapahtuu. Se tarjoaa lapselle tavallista muistia kokemuksen eri osat, ja onnistuessaan se toimii lasten muistin apuvälineenä myös tulevaisuudessa (van Matre 1990, 256). Tässä ohjelmassa jäsentimenä toimii viisi taikayrttiä sekä fiktiivinen tarina, joka kulkee ohjelman rinnalla. Etukäteen kuultavalla tarinalla pohjustetaan vierailupäivän ohjelmaa, joten vierailupäivän yksittäiset tehtävät ovat osa isompaa kokonaisuutta.

Uppouttimena toimii harjoitus tai menetelmä, jonka avulla osallistujat voivat ylittää henkiset ja fyysiset raja-aidat itsensä ja luonnon välillä. Nämä raja-aidat estävät osallistujia tarttumasta elämän virtaan molemmin käsin ja nauttimasta siitä täysillä. Menetelmä herkistää aisteja ja muuttaa tavallista kokea asioita, se on kuin sukeltaminen elämän virtaan (van Matre 1990, 257). Seikkailu yrttien kadonneeseen maailmaan -ohjelmassa uppouttimena toimii seikkailupäivän viimeinen osio, loppuseremonia. Sen aikana tehdään aistiherkistys harjoitus, jonka tarkoitus on saada lapset tuntemaan olevansa yhtä ympäröivän metsän kanssa.

4.4.3 Palkitseminen, vahvistaminen ja yhdistäminen

Oppimisesta palkitseminen tarkoittaa sitä, että osallistujilla on motivaatiota suorittaa ohjelman seuraavat vaiheet, ja siksi palkitsemisen täytyy jatkua läpi ohjelman (van Matre 1990, 265). Ohjelman suunnittelussa on pyritty siihen, että koko ohjelma on niin mielekäs, että se itsessään toimii palkitsevana ja motivoivana. Tehtävien rinnalla kulkevassa tarinassa pyydetään lapsilta apua, minkä on tarkoitus aikaansaada lapsissa onnistumisen kokemuksista kumpuavaa palkitsevuuden tunnetta. Ohjelmaan pyritään tuomaan palkitsemista myös loppudiplomilla, joka saadaan ikään kuin palkintona hyvin tehdystä päivän työstä.

Opitun vahvistaminen pohjautuu ohjelman kaksiosaisuuteen, eli siihen, että seikkailupäivän aikana rakennetaan ennakotehtävien tarjoaman tiedon ”pälle” uutta tietoa. Koko ohjelman läpi vahvistetaan ohjelman ydinkohdista uudestaan.

Opitun yhdistämistä päästään tekemään seikkailuretken loppupuolella, kun lapset pääsevät testaamaan muistiaan ja oppimiaan taitoja tehtävässä, jossa täytyy ratkaista esiin tulevia ongelmia aiemmin opitun tiedon perusteella.

4.4.4 Siirtovaikutus

Ohjelma on maakasvatuksen mukaan ollut onnistunut, jos ohjelmassa opittu tai tavoiteltu toiminta jatkuu ohjelman jälkeen, sen ulkopuolella. Tärkeintä on siis se, mitä oppilaat tekevät oppimillaan taidoilla ja kokemuksillaan palaututtuaan ohjelmasta tavanomaiseen ympäristöönsä eli esimerkiksi kouluun tai kotiin, eikä se, mitä ohjelman aikana tapahtuu. (van Matre 1990, 266.)

Myös muissa ympäristökasvatusteorioissa painotetaan sitä, että ohjelma ja kasvatus aikaansaisivat ympäristövastuullisen käyttäytymisen lisääntymistä (Wahlström 1997, 20–21; ks. myös Aho 1993, 266–280), mikä tarkoittaa käytännössä samaa kuin van Matren käyttämä termi ”siirtovaikutus”.

Tässä ohjelmapaketissa siirtovaikutusta ja ympäristövastuullisen käyttäytymisen lisääntymistä on pyritty vahvistamaan kahden pääelementin avulla, jotka ovat Seikkailijan Keräilypussi sekä loppudiplomi. Seikkailupäivän lopussa rohkaistaan Keräilypussin käyttöön myöhemminkin. Tämä luo edellytyksiä luonnon tutkimiselle ja yrttien keräämiselle ohjelman jälkeenkin. Jokainen osallistuja saa päivästä diplomin. Siinä onnitellaan ja kiitetään lasta päivästä, esitellään vielä tiivistetysti viisi taikayrttiä kuviin ja kerrataan tärkeimmät yrttien keräämisen ja käytön turvallisuussäännöt. Diplomi konkretisoi oppimisen tunnetta, muistuttaa päivästä myöhemminkin ja kannustaa itseluottamukseen.

4.5 Yrttien valitseminen

Suomessa kasvaa monia kasveja, joilla on parantavia vaikutuksia. Toimeksiantajan kanssa on mietitty ohjelman suunnittelun alkuvaiheessa perusteita sille, mitkä kasvit ohjelmaan valitaan.

Lääkinnällisyys: Kasvien tulee soveltua erilaisten lasten kokemien, ja lapsille helposti ymmärrettävien vaivojen hoitoon. Sellaisia vaivoja ovat esimerkiksi flunssa, ripuli, haavat, unettomuus, kutiava iho ja kiukuttelu.

Turvallisuus: Lasten kanssa toimiessa kaikkien kasvien täytyy olla ehdottoman turvallisia. Ohjelmaan ei siis valita vahvasti lääkinnällisiä kasveja, joiden vaikuttavat aineet voisivatkin aiheuttaa ei-toivottuja reaktioita, tai sellaisia kasveja, joita ei voi syödä suuria määriä ilman yliannostuksen riskiä. Myöskään ei valita kasveja, jotka on helppo sekoittaa johonkin toiseen kasviin.

Paikallisuus: Aluksi tavoitteena oli valita vain pirkanmaalaisia kasvikantoja, jotta Perinnepihan teema tulisi konkreettisesti esiin. Se todettiin kuitenkin liian vaikeaksi, sillä samoja parantavia yrttejä on käytetty Suomen laajuisesti, joten yrttien käyttöä ja kantoja ei voida paikantaa suoraan Pirkanmaahan. Nyt siis kriteeriksi kelpasi se, että yrttiä on käytetty ja sitä kasvaa Suomessa.

Aistillisuus: Kasvit valittiin siten, että niissä on mahdollisimman monelle aistille jotakin kiinnostavaa. Kasvit ovat erinäköisiä (osassa vain lehdet, osassa kukat), nokkonen pistelee kättä ja kasvit maistuvat sekä tuoksuvat erilaisilta toisiinsa verrattuna.

Kasvupaikka: Aluksi oli epävarmaa, valitaanko pakettiin vain puutarhavihannuskasveja, mutta lopulta mielenkiintoisempaa on valita kasveja molemmista kategorioista. Muutenkin raja on toisinaan häilyvä: moni kasvi on alun perin ollut luonnonkasvi, ja sitä on myöhemmin alettu viljellä puutarhoissakin – vastavuoroisesti moni kasvi on alun perin ollut vain puutarhoihin jalostettu, mutta on sittemmin villiintynyt karkulaisena luontoon. Nyt siis kehäkukka ja ruusu ovat pääasiassa puutarhakasveja, kun loput kolme ovat luonnonkasveja, jopa rikkaruohoiksi joskus kutsuttuja. Tällä tavalla on mahdollista myös tuoda esiin se, että ”rikkaruohous” ja joidenkin kasvien matalampi arvostus ovat vain näkökulmasta kiinni. Esimerkiksi nokkosta ei enää nähdä niin usein pelkkänä rikkaruohona, koska sen terveellisyys on alkanut tulla yleisemmin tietoisuuteen.

Tunnettuus: Pakettiin haluttiin valita muutamia sellaisia kasveja, jotka olisivat kaikkien valmiiksi tuntemia, ja muutamia sellaisia, jotka olisivat monelle uusi tuttavuus. Ruusun, kanervan ja nokkosen tuntee moni, mutta esimerkiksi siiankärsämä ja kehäkukka voivat olla lapsille vieraampia, joten valitsemalla ne mukaan ohjelmaan siihen saadaan lisää vaihtelua.

4.6 Tietoa valituista yrteistä

Ohjelmapaketissa ei perehdytä yrttien ominaisuuksiin kovin syvällisesti tai tieteellisesti, joten tässäkin esitellään yrtit melko pintapuolisesti.

Kanerva on sekä mieltä että vatsaa rauhoittava kasvi, joka sopii hyvin iltateeksi. Sen nauttimisen sanotaan myös auttavan ripuliin ja lisäävän empatiakykyä. Teeksi keitetessä siitä käytetään violetit kukat ja kukkivat versolatvat. (Raipala-Cornier 1997, 117; Yrttitarha. Kanerva n.d.)

Siankärsämö on yksi monipuolisimmista Suomen yrteistä. Se auttaa muun muassa haavoihin, yskään, flunssaan, ripuliin, vatsavaivoihin ja se lisää vastustuskykyä (Kress 2010, 111; Raipala-Cornier 1997, 157). Ohjelmassa sillä on erityisesti flunssan nujertajan rooli, sillä muilla yrteillä sitä ei ole. Pujoallergikko saattaa olla myös siankärsämölle allerginen, ja yleisesti allerginen tai herkkä henkilö saattaa saada siankärsämön käsittelystä ihotumaa (Kress 2010, 113). Siksi opettaja varmistaa lasten kanssa etukäteen, ketkä ovat pujolle allergisia, jotta ohjelman aikana asiaan voidaan varautua asianmukaisesti joko niin, että lapsi ei ole kosketuksissa siankärsämön kanssa, tai että kosketus on asiasta tietoisien valvonnan alaisena.

Nokkosen parantavat vaikutukset ovat siankärsämön lailla monipuoliset, ja lisäksi se on erinomainen villivihannes korkean vitamiini- ja hivenainepitoisuutensa ansiosta (Kress 2010, 71 ja 78). Nokkonen parantaa keskittymiskykyä, virkistää ja vahvistaa esimerkiksi sairauden jälkeen (Kress 2010, 75–76; Raipala-Cornier 1997, 138). Nokkosta ei tule kerätä vanhana, sillä se kerää ikääntyessään nitraatteja. Sitä ei kannata kerätä myöskään läheltä komposteja, talleja tai lannoitetuilta pelloilta samasta syystä (Kress 2010, 73).

Kehäkukka sopii rauhoittavana yrttinä iho-oireisiin, eli esimerkiksi palaneelle, kutiavalle, känsäiselle, hyönteisten puremalle ja haavoittuneelle iholle. Kehäkukkaa käytetään pääasiassa ulkoisesti, siitä voidaan tahdä esimerkiksi ihoöljyä tai hauteita. (Raipala-Cornier 1997, 120–121.)

Ruusu edustaa valittujen yrttien joukossa yrttien vaikutusta mielialaan. Sen sanotaan lisäävän rakkautta ja rohkeutta, vähentävän kiukuttelua ja nostavan mielialaa. Sen terälehdet nautitaan teenä. (Kress 2010, 101–102; Raipala-Cornier 1997, 153–154.)

5 TYÖN TULOSTEN HYÖDYNNETTÄVYYS

Opinnäytetyö on toiminnallinen, joten työn tuloksena syntyi konkreettinen tuote: yrtti aiheinen ohjelmapaketti. Tässä luvussa kerrotaan, miten ohjelmapaketti otetaan käyttöön, miten se tavoittaa käyttäjänsä ja miten sitä kehitetään.

5.1 Käyttöönotto

Opinnäytetyön tekoprosessiin kuului vain ohjelmapaketin suunnittelu, joten sen käytännön toteutus jää toimeksiantajan vastuulle. Tässä kerrotaan, miten se käytännössä tulee tapahtumaan.

Ohjelmapaketti tulee käyttöön Pirkanmaan Perinnepihalle elokuussa 2016. Paketti on suunniteltu käytettäväksi syyslukukauden alussa, sillä siihen valitut viisi yrttiä ovat siihen vuodenaikaan parhaimmillaan poimittavaksi. Ohjelman vetämisestä ja materiaalihankinnoista on vastuussa Pirkanmaan Perinnepiha yhteistyössä Ahlmanin kanssa. Ohjelmapakettia käytännössä pitää Ahlmanin Kartanon ja Perinnepihan työntekijät.

Varsinaisen Pirkanmaan Perinnepihaa varten räätälöidyn ohjelmapaketin lisäksi on saatavilla myös toinen versio, jota voi käyttää missä vain, eli se ei vaadi retkeä Tampereelle. Näin ohjelmapakettia voi hyödyntää laajemmin, eikä sen käyttäjien tarvitse rajautua vain Tampereelle. Tämän paketin markkinointia ei ole mietitty; tässä olisi tilaa esimerkiksi opinnäytetyön tekijän omalle yrittäjyydelle. Itsenäisen paketin opettajan ohjetta ei ole tämän opinnäytetyön liitteissä, sillä se on muutamia yksityiskohtia luukuunottamatta samanlainen kuin Perinnepihalla tehtävän paketin ohje.

5.2 Markkinointi

Varsinaista markkinointisuunnitelmaa ei ole tekeillä, mutta Pirkanmaan Perinnepihan kanssa on alustavasti mietitty, miten ohjelmapaketti tavoitaisi opettajat.

Ohjelmapaketti tulee opettajille suunnatulle peda.net-sivustolle Geeniva-raoppi-hankkeen materiaaliosioon. Peda.net-sivusto on kaikille avoin, joten hakukoneiden avulla muutkin voivat löytää ohjelman sieltä. Lisäksi Pirkanmaan Perinnepihan omille kotisivuille tulee tiedot ohjelmasta.

Kevätlukukauden 2016 aikana Pirkanmaan Perinnepiha ottaa suoraan yhteyttä Tamperelaisiin alakouluihin ja kertoo ohjelmapaketista.

5.3 Ohjelmapaketin kehittäminen

Olisin halunnut testata ohjelmapakettia käytännössä, jotta olisin voinut saadun palautteen avulla kehittää pakettia paremmaksi, mutta se ei loppujen lopuksi ollut resurssien ja ajan puitteissa mahdollista. Ohjelmapaketin suunnitteluvaiheessa pyysin kasvatusalan ammattilaiselta ulkopuolista arviointia, ja sisällytin hänen rakenteellisia parannusehdotuksiaan työhön, joten sain kuitenkin sitä kautta joitakin käytännön vinkkejä.

Toinen keino, jolla ohjelmaa voi kehittää vielä paremmaksi on, että ohjelman toteuttamisen yhteydessä syksyllä 2016 Pirkanmaan Perinnepihan työntekijä kerää palautetta ohjelman toteuttavilta opettajilta. Sitä varten on

suunniteltu palautelomake (liite 7). Palautelomake on suunniteltu niin, että Perinnepiha voi kerätä sillä palautetta myös muista tarjoamistaan ohjelmista.

Ohjelmapakettia on mahdollista kehittää myös Perinnepihan käytön ulkopuolella. Pakettia ja siinä käytettyjä menetelmiä olisi mahdollisuus hyödyntää monipuolisesti muussakin opetuksessa, Green Care -toiminnassa tai vaikka luontokeskuksissa ja perinnepihoilla. Tämä voisi olla mahdollista esimerkiksi oman toiminimen avulla, mikä tarkoittaisi, että opinnäytetyön tekemisellä olisi myös työllistävä vaikutus.

6 POHDINTA

Opinnäytetyön tuloksena syntynyt ohjelmapaketti on ensimmäinen suomalaisia parantavia yrttejä käsittelevä toiminnallinen ohjelma alakoululaisille. Tarinallinen lähestymistapa opetukseen voi tuoda ohjelman suorittaville opettajille uusia ideoita muidenkin aiheiden opiskeluun, sillä samaa runkoa ja menetelmiä voidaan helposti soveltaa ja muokata erilaisiin tarpeisiin.

Opinnäytetyöprosessi oli kaiken kaikkiaan käytännönläheinen, opettavainen ja mielestäni onnistunut. Sain aikaiseksi konkreettisen ja käytännössä sovellettavan ohjeen, joka vastaa toimeksiantajan toiveita. Ohjelmapaketti on selkeä, valitut kasvit tukevat toivottuja oppimistavoitteita ja valitut oppimenetelmät sekä vastaavat opettajien toiveita että edesauttavat oppimistavoitteisiin pääsyä. Toimeksiantaja on todella tyytyväinen lopputulokseen.

Henkilökohtaisten aikataulumuutosten vuoksi en pystynyt testaamaan ohjelmapakettia käytännössä ja keräämään opettajalta palautetta ohjelmasta, jonka olisin halunnut tehdä. En siis saanut empiiristä tietoa siitä, toimivatko harjoitukset ja opettajan ohjeet helposti, onko ikäryhmä sopiva harjoituksiin ja kokevatko lapset oppivansa uusia asioita. Sain kuitenkin ulkopuolista palautetta opinnäytetyöprosessin aikana, mikä edes hieman kompensoi sitä, että testaaminen ei ollut mahdollista.

En koe kestävän kehityksen koulutusohjelman antaneen kovin paljon valmista oppia ohjelmapaketin tekemiseen, vaan mieluisaa oli, että sain perehtyä minulle ennestään teorian tasolla melko tuntemattomiin aiheisiin: ympäristökasvatukseen ja parantaviin yrtteihin. Opinnäytetyöprosessin aikana opin siis kiitettävän paljon uusia asioita itse aiheen sisällöstä. En ollut aiemmin ollut kovin kiinnostunut kasvatusteorioista, mutta ohjelmaa suunnitellessani huomasin olevani siinä hyvä ja kasvatusteorioiden olevan hyvin kiinnostavia.

Ohjelmapakettia voisi vielä parantaa monin tavoin. Siitä voisi tehdä omat versiot syksyn lisäksi myös keväälle, kesälle ja talvelle, ja siihen voisi vaihtaa kasvit parantavan näkökulman sijaan esimerkiksi hyöty- tai ravintonäkökulmaan. Ohjelmapaketin kehittäminen voisi avata ovia työelämään

– esimerkiksi oman toiminimen avulla pakettia sekä sen toteuttamista paikan päällä voisi myydä kouluille tai vaikka avoimina kursseina aikuisille, tai ideaa voisi helposti laajentaa Green Care -toiminnan alueelle. Lisäksi ohjelmapakettia voisi tarjota luontokeskuksille ja esimerkiksi Kortenien Perinnetilalle. On erittäin kiitollista tiedostaa opinnäytetyöprosessin lähestessä loppuaan, että syntyneestä tuloksesta voikin laajeta jotakin vielä suurempaa, kuin alun perin on lähtenyt suunnittelemaan.

LÄHTEET

Aho, L. 1993. Ympäristö ja luonnontieto lasten kasvatuksessa. Teoksessa Ojala, M. (toim.) Suomalaista varhaiskasvatustutkimusta. Tutkittua ja tärkeäksi havaittua varhaiskasvatuksessa. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto. 266–280.

Haahtela, T & Hannuksela, M. 20.11.2009. Terveyskirjasto. Ruoka-allergiaan liittyviä erityiskysymyksiä. Viitattu 23.11.2015.
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti/%5C%5Cwww.ktl.fi/http://www.duodecim.fi/%5C%5Cwww.sci.utu.fi/aerobiologia/http://www.ktl.fi/tk.koti?p_artikkeli=alg00265&p_teos=dlk&p_osio=&p_selaus=8026#s5

Hartikainen, M. & Heinonen, M. MTT. Auta meitä ideoimaan maataiskasvien opetusta! -kysely opettajille. Toukokuu 2014.

Heikkilä, K. 1.8.2002. Fytoterapiaa lapsille – miten ja milloin? Viitattu 23.11.2015.
<http://www.terveydenhoitouutiset.fi/sitenews/view/-/nid/90/ngid/7>

Kress, H. 2011. Käytännön lääkekasvit. Tampere: Tammerprint.

Laaksoharju, T. & Rappe, E. 2010. Children's Relationship to Plants among Primary School Children in Finland: Comparisons by Location and Gender

Luke. n.d. Oppia ja tiedettä kasvigeenivaroista – pilotti ilmiöpohjaisesta oppimisesta. Geenivaraoppi. Viitattu 3.12.2015.
<https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/hankkeet/geenivaraoppi>

Mantere, M-H. 1994. Aistia, kokea, ymmärtää – kokemuksellisuus ja taiteellisuus ympäristökasvatuksessa. Teoksessa Jääskeläinen, L. & Nykänen, R. (toim.) Koulu ympäristön vaalijana. Helsinki: Opetushallitus, 21.

Nordström, H. 2004. Ympäristökasvatuksen toimintamalleja. Teoksessa: Cantell, H. (toim.) Ympäristökasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus. 120–121.

Raipala-Cornier, V. Luontoäidin kotiapteekki. 1997. Werner Söderström Osakeyhtiö.

Tukiainen, M. 2015. 22.9.2015. Opinnäytetyön arviointia. Vastaanottaja Karoliina Manninen. [Sähköpostiviesti]. Viitattu 30.9.2015.

Vähä-Jaakkola, K. 1999. Kestävien valintojen taito – Ekotehokkuus ja kohtuus koulussa. Helsinki: Suomen luonnonsuojeluliitto.

Yrtit ja öljyt. 2013. Viitattu 10.9.2015.
<http://www.luontoemo.fi/tiedonlahde/20>

Yrttitarha. Jokamiehen- ja naisen oikeudet. n.d. Viitattu 25.6.2015.
<http://www.yrttitarha.fi/tietopankki/keruu/etusivu.html#jokami>

Yrttitarha. Keruu ja käsittely. n.d. Viitattu 23.11.2015.
<http://www.yrttitarha.fi/tietopankki/keruu/index.html>

Yrttitarha. Ovatko kaikki yrtit haitallisia maksalle? n.d. Viitattu 25.6.2015.
<http://www.yrttitarha.fi/tietopankki/rohdot/maksa.html>

Yrttitarha. Kanerva. n.d. Viitattu 23.11.2015.
<http://www.yrttitarha.fi/kanta/kanerva/index.html>

Wahlström, R. 1997. Ympäristöherkkyys ja sen edistäminen ympäristökasvatuksessa. Ympäristökasvatus. 20–21.

Wilhelm, J. & Edmiston, B. 1998. Imagining to Learn: Inquiry, Ethics, and Integration Through Drama. Portsmouth, NH: Heinemann

Wolff, L-A. 2004. Ympäristökasvatus ja kestävä kehitys: 1960-luvulta nykypäivään. Teoksessa Cantell, H. (toim.) Ympäristökasvatuksen käsikirja. Juva: PS-kustannus

OPETTAJAN OHJE

SEIKKAILU YRTTIEN KADONNEESEEN MAAILMAAN

Ohjelmapaketti peruskoulun 2.– 6.-luokkalaisille



1 Mistä on kyse?

Tervetuloa seikkailulle yrttien kadonneeseen maailmaan! Tämän ohjelmapaketin tavoite on tuoda esiin perinteiden ja perinnetiedon merkittävyyttä sekä inspiroida lapsia parantavien yrttien käyttöön ja tunnistamiseen. Ohjelma koostuu kahdesta osasta: ennakkotehtävistä, jotka suoritetaan itsenäisesti omassa luokassa, ja retkestä Pirkanmaan Perinnepihalle. Jos vierailu Tampereelle ei onnistu, tulostettavassa ohjeessa on kerrottu miten ohjelman voi järjestää kokonaan oman koulun läheisyydessä (ks. vasen sivupalkki ”Et ole tamperelainen?”).

Kenelle, milloin ja mitä

Ohjelman kohderyhmä on peruskoulun 2.–6.-luokkalaiset. Ohjelman teema on yrttien perinteinen käyttö terveyden ylläpidossa, ja ohjelma sopii toteutettavaksi esimerkiksi äidinkielen, historian tai ympäristöopin oppi-kokonaisuuksiin liittyen. Ohjelma soveltuu toteutettavaksi koululuokkien lisäksi myös erilaisille harrasteryhmille, kuten luontokerhoille tai partiolaisille.

Ohjelma on suunniteltu tehtäväksi syyslukukauden alkamisen jälkeen eli elo- tai syyskuussa, koska silloin ohjelmaan liittyvät kasvit ovat sopivassa kasvuvaiheessa.

Ohjelmassa opetellaan tunnistamaan viisi valittua yrttiä: nokkonen, kehäkukka, kanerva, siankärsämä ja ruusu. Viitataan niihin tästedes ”viitenä tai-kayrttinä”. Niitä tutkitaan eri näkökulmista – muun muassa niiden ulkonäköön, perinteisiin nimiin ja makuun perehdytään. Perinnepihalla kasvaa näitä kasveja tietyllä alueella, joten sekoittamisen vaaraa muihin kasveihin itse ohjelman aikana ei ole.

Ohjelmassa tarkemmin käsiteltävät viisi yrttiä on valittu ensisijaisesti sen perusteella, että niiden käyttämisestä ei ole todettu haittavaikutuksia, ja että niillä ei ole myrkyllisiä näköislajeja. Lapsetkin voivat siis turvallisesti poimia ja maistella niitä. Lisäksi ohjelman aikana käydään lasten kanssa läpi yrttien tunnistamista sekä niiden keräämiseen ja maistelemiseen yleisesti liittyviä turvallisuuskäsitteitä. Opettajan on kuitenkin varmistettava, että tunnistaa itse poimittavat kasvit.

Seikkailu yrttien kadonneeseen maailmaan on ympäristökasvatusta

Lapsuudessa ympäristökasvatuksen keskeisin tavoite on ympäristöherkkyyden kehittyminen (Sytnik et al. 1985, viitattu lähteessä Wolff. L-A. 2004. 19). Seikkailussa yrttien kadonneeseen maailmaan vahvistetaan lasten luontoherkkyyttä esimerkiksi tutkimalla kasveja monien erilaisten aistitehtävien avulla. Ohjelman lopuksi myös tehdään luonnon keskellä ren-

toutumisharjoitus, jossa herkistetään aisteja ja läsnäoloa luonnon äänille ja omille tuntemuksille.

Ympäristökasvatuksen tavoitteena on myös tiedon ja tietoisuuden sekä ympäristövastuullisen toiminnan lisääntyminen (Sytnik et al. 1985, viitattu lähteessä Wolff, L-A. 2004. 19). Siksi kokemuksellisen ja tunnepohjaisen herkkyykskasvatuksen lisäksi ohjelmassa lähestytään luontoaihetta myös uuden tiedon oppimisen kautta.

Jos oppiminen tapahtuu väkisin, tulokset saattavat olla päinvastaisia kuin toivottiin (van Matre, S. 1990. 200). Siksi uusien taitojen oppimisen tulee olla kokemuksena hyvä, ja tästä syystä ohjelmapaketti rakentuu seikkailullisen juonen ympärille. Seikkailun puitteissa opitaan uusia tietoja ja taitoja, ja sen tarkoitus on imaista lapset mukaansa inspiraation eikä pakottamisen kautta.

Seikkailu yrttien kadonneeseen maailmaan sopii siis hyvin toteutettavaksi kouluilla, jotka ovat kiinnostuneita ympäristökasvatuksesta.

Käytännön vinkkejä opettajalle

Ohjeessa kerrotaan tehtävä tehtävältä miten ohjelmassa edetään. Jokaisen tehtäväohjeen alussa on kerrottu, mitä tarvikkeita tehtävän tekemiseen tarvitaan, minkälaisia ennakkovalmisteluja tehtävä vaatii ja kuinka kauan tehtävän tekemisen tulee suurinpiirtein kestää.

Opettajan kannattaa lukea koko ohjelmaohje etukäteen huolellisesti läpi. Ohjeissa on kerrottu yksityiskohtia ja perusteluja joillekin tehtävissä tehtäville asioille, joten koko tekstiä ei ole tarkoitus lukea lapsille ääneen. Tehtävien kulku ja säännöt kannattaa muutenkin sisäistää itse hyvin, jotta niitä ei tarvitse koko ajan lukea suoraan paperista, vaan kertoa omin sanoin. Silloin lasten on helpompi seurata ja ymmärtää ohjeistuksia.

Näillä nettisivuilla on kaikki tulostettavat materiaalit liitteenä. Kun tulostettavat materiaalit esiintyvät tässä ohjeessa, tunnistat ne alleiviivauksesta.

Lähteet

Sytnik et al. 1985. Viitattu lähteessä Wolff, L-A. 2004. Ympäristökasvatuksen käsikirja. Juva: PS-kustannus.

van Matre, S. 1990. Maakasvatus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

1 Ennakkotehtävät

Seikkailulle valmistautuminen on olennainen osa seikkailua. Näiden ennakkotehtävien tarkoitus on pohjustaa Perinnepihalla opittavia tietoja ennakkoon ja konkreettisesti valmistautua seikkailulle. Kun lapsilla on jotakin tietoperustaa aiheesta, Perinnepihalla saatava uusi tieto on helpompaa sitoa aiemmin opittuun tietoon. Ennakkotehtävissä myös kasvatetaan seikkailuun kohdistuvia odotuksia, jotta lapset lähtisivät mukaan mielellään, ja ohjelmaan liittyvä tieto olisi mahdollisimman mielenkiintoista. Lisäksi yrttien turvallisuutta käydään läpi.

Kesto: 45 min

Opettajan materiaalit: Kahvia tai teetä, 3 tyhjää kirjekuorta, kierrätyskangasta (jokaiselle lapselle noin 20 x 46 cm kokoinen pala), lankaa, neuvoja, saksia

Lasten tarvitsemat tarvikkeet: -

Paikka: Oma luokka/koulu

Ennakkovalmistelut: Tulosta kaikki kolme kirjettä, löydät ne oikealta sivupalkista. Rypistele niitä, polta reunoja hieman ja uita kirjeet teessä tai kahvissa, jotta paperi muuttuisi ruskeaksi. Laita kirjeet kirjekuoriin, jotka ovat saaneet saman käsittelyn, ja kirjoita kuorien päälle luokan/ryhmän nimi, ja merkkää myös niiden järjestys (1–3). Tulosta myös pussiaskarteluohjeet itsellesi, tai tarvittaessa useampia kappaleita myös lapsille annettavaksi.

Ohjelma alkaa siitä, että opettaja tulee luokkaan vanhan rypistyneen kirjekuoren kanssa. Opettaja kertoo löytäneensä kirjeen jostakin keksimästään mielenkiintoisesta paikasta. Vielä vetävämmäksi alun saa, jos opettaja piilottaa kartan jonnekin koulun pihalle / luokkaan ja oppilaat saavat esimerkiksi välitunnilla tai tunnin alussa etsiä sen.

Jos luokka on erityisen vilkkaalla tuulella, on hyvä laskeutua rauhallisempaan tunnelmaan ja varmistaa lasten huomion suuntautuminen kuunteluun. Näin varmistetaan, että lapset eivät tarinan aikana puuhaile omiaan. Opettaja kehottaa lapsia muodostamaan luokkaan tuoleista ringin ja istumaan niille, tai raivaamaan tyhjän tilan luokkahuoneen keskelle ja asettumaan makuulle mukavaan asentoon. Laitetaan silmät kiinni.

Kun ollaan kuunteluasemissa, opettaja lukee ensimmäisen kirjeen lapsille ääneen.

Tarinan jälkeen opettaja kysyy, heräsikö jollekulle tarinasta jotakin kysyttävää tai kommentoitavaa. Onko lapsilla kokemuksia siitä, että jotakin tiettyä kasvia tai ruokaa pitäisi syödä silloin, kun on kipeä tai silloin kun meinaa tulla kipeäksi? Tietääkö joku jotakin yrttejä tai kukkia, joita voi syödä? Entä tietääkö joku jonkun henkilön, joka tietää paljon näistä asioista, tai onko ennen vanhaan käytetty enemmän kasveja parantamaan ihmisiä? Miksiköhän nykyään niitä ei tunneta ja käytetä enää niin paljon?

Keskustelu hivutetaan koskemaan yrttien turvallisuutta. Onko kellään kokemusta siitä, että joku olisi syönyt jotakin myrkyllistä kasvia? Tietääkö joku joitakin myrkyllisiä kasveja? Entä voisiko olla joku muu syy, miksi kasvia ei kannattaisi syödä? (Mahdollisia syitä voisi olla likainen keruuympäristö, allergia kyseiselle kasville ym.)

Opettaja kertoo myös, että joillekin kasveille ihmiset ovat herkemmin allergisia kuin toisille. Esimerkiksi keväisin moni on allerginen siitepölyä tuottaville kasveille. Se saattaa tarkoittaa, että on myös muille saman suvun kasveille allerginen. Esimerkiksi siankärsämö kuuluu asterikasveihin, eli jos joku saa rajuja allergisia oireita keväisin (erityisesti pujosta), niin tälle henkilölle ei suositella siankärsämön nauttimista.

Keskustelun jälkeen askarrellaan kierrätyskankaasta seikkailijan keräilypussi, joka tarinassakin on mainittu. Pussit otetaan Perinnepihalle mukaan.

2 Seikkailu Perinnepihalle

Kesto: noin 3 tuntia

Tarvikkeet: lueteltu tarkemmin alla

Paikka: Pirkanmaan Perinnepiha, Tampere (Ahlmanin maaseutuoppilaitos)

2.1 Ennen saapumista

Perinnepihalle tulosta tulee ilmoittaa etukäteen Perinnepihan työntekijälle (Krista laittaa yhteystiedot Pedanettiin laittamisen yhteydessä). Seuraavaksi on lueteltu käytännön asioita, joita opettajan on hyvä ottaa huomioon. Lisää tietoa Ahlmanille tulemisesta löydät myös osoitteesta: (Krista laittaisitko tähän kohtaan sen linkin, siihen kohtaan pedanettiä jossa on ohjeita opettajalle).

Lapsilla on hyvä olla seikkailulla mukanaan:

- Seikkailijan Keräilypussi
- Muistiinpanovälineet ja piirustuskynät
- Istuinalusta
- Säänmukainen varustus
- (Eväät, jos opettaja päättää että retkellä pidetään evästauko)

Opettajalla tulee olla mukanaan:

- Ajanottoväline
- Muutamia varakyniä, jos joku on unohtanut ottaa omat mukaansa
- Tulostetut materiaalit (ks. oikea sivupalkki)
 - Toinen kirje
 - Viimeinen kirje
 - Jokaiselle lapselle tulostettu loppudiplomi (lasten nimet kirjoitetaan diplomiin etukäteen)

Ohjelma on suunniteltu kestämaan yhteensä noin kolme tuntia. Opettaja huolehtii ajanottamisesta. Näissä ohjeissa mainitut ajat ovat suuntaa antavia, ja niitä voi tiivistää tai venyttää omien tarpeiden ja aikataulussa pysymisen mukaan.

Kun tullaan Perinnepihalle, Perinnepihan työntekijä tulee kertomaan käytännön asioita ja antamaan seuraavat tarvikkeet ohjelman toteuttamista varten:

- Ryhmiinjakautumiskortit
- Kadonnut Yrttittieto -kortit
- Piirustuspaperia
- Vedenkeitin
- Teepannu x 5
- Käsipyyhepapereita

2.2 Alkuseremonia

Alkuseremonia pohjustaa päivän kulkua ja luo selkeän ja innostavan aloituksen ohjelmalle. Aluksi luetaan toinen kirje, sitten jakaudutaan ryhmiin ja lopuksi leikitään aktivoivaa Myrkkykasvi-leikkiä.

Kesto: 20 min

Opettajan materiaalit: Toinen kirje, ryhmiinjakautumiskortit, pullonkortit

Lasten tarvitsemat tarvikkeet: -

Paikka: Jokin mukavan näköinen alue, jossa mahtuu toimimaan ryhmän kanssa

Ennakovalmistelut: Ryhmäkoko kannattaa miettiä etukäteen lasten määrän mukaan. Tavoitteena on saada viisi joukkuetta, joissa on noin 3–6 lasta. Jos siis osallistujia on alle 15, joukkueita kannattaa tehdä vähemmän kuin viisi, jotta joukkueista ei tule liian pieniä. Tällöin opettajan on otettava tarvittava määrä kasvilajeja korteista pois, jotta ryhmiä tulee oikea määrä (seuraavassa selitetään kasvilajikortit tarkemmin).

Aloitetaan ringiin kokoontumisella. Ringissä oleminen luo yhteenkuuluvuuden tunteen, ja lapset eivät ajaudu moneen eri riviin eli kaikki voivat olla ”eturivissä”.

Opettaja toivottaa lapset tervetulleeksi, ja lukee toisen kirjeen.

Kirjeen jälkeen lapset jaetaan viiteen 3–6 hengen joukkueeseen (ks. ennakovalmistelut), ja se tapahtuu seuraavasti. Opettaja kertoo, että nyt aletaan tuumasta toimeen ja jakaudutaan seikkailuseurueisiin. Lapsille jaetaan sekoitetut ryhmiinjakaantumiskortit. Korteja on viittä erilaista, eli ryhmiä tulee viisi. Korteissa on yrtin kuva, nimi ja listattuna muutama kyseisen yrtin ominaisuus. Lapset alkavat etsiä omia ryhmäläisiään, eli toisia lapsia joilla on sama kasvilaji kuin itsellä. Se tapahtuu kyselemällä muilta,

onko heillä samoja ominaisuuksia kuin itsellä, kuten: ”Oletko rauhoittava?” tai ”Autatko kurkkukipuun?”.

Kun kaikki ovat löytäneet oman lajiset seikkailuseurueensa jäsenet, ryhmäinjakaantumiskortit palautetaan opettajalle. Lapset myös keksivät ryhmälleen nimen. Tästä eteenpäin kyseinen kasvi on ryhmän nimikkoyrtti.

Viimeiseksi vielä ennen päivän koettelemuksiin lähtemistä leikitään myrkkukasvi-leikkiä. Asetutaan taas yhteen ringiin, ja opettaja asettaa ringin keskelle ”kasveja” (pullonkorkkeja). Valitaan yksi vapaaehtoinen, ja hänet ohjataan ringistä pois, niin että hän ei näe ringiin. Vapaaehtoisen poissaollessa muut valitsevat kollektiivisesti yhden ”myrkkukasvin” pullonkorkkien joukosta. Varmistetaan, että kaikille on selvää, mikä korkki on myrkkukasvi. Poistunut henkilö tulee takaisin ja hänelle kerrotaan, että maassa kasvaa kasveja, ja hänen tehtävänänsä on poimia niitä. Vapaaehtoinen saa itse valita, kuinka monta kasvia hän poimii. Vapaaehtoinen alkaa poimia ”kasveja”, kunnes osuu valittuun myrkylliseen kasviin. Silloin kaikki huutavat täysillä ”MYRKKYKASVI!”. Opettaja kertoo, että on erittäin tärkeää aina tietää tarkkaan, mitä kasveja poimii, koska muuten voi tulla ikäviä tai säikähdyttäviä yllätyksiä. Kierros voidaan tehdä toisen kerran, jos on aikaa ja lapset toivovat sitä.

2.3 Muotokuvat

Tässä tehtävässä piirretään yrttejä nopealla tempolla. Ensin poimitaan piirrettävät yrtit, ja sen jälkeen piirtotehtävässä tarkastellaan kasvien ulkonäköä ja piirretään niistä muotokuvat. Tehtävän tarkoitus on opetella kasvien tunnistamista ja inspiroida lapsia kasvien ulkonäön tutkimiseen.

Kesto: 20 min

Opettajan materiaalit: -

Lasten tarvitsemat tarvikkeet: Piirustuskynät

Paikka: Ensin Unohdettujen laakso, sitten ulkoluokkahuone

Ennakkovalmistelut: -

Mennään yhdessä Unohdettujen laaksoon eli siihen Perinnepihan kohtaan, jossa viisi Yrttiystävää kasvavat. Aluksi opettaja tervehtii juhlallisesti yrttihenkiä, ja kertoo että olemme tulleet apuun. Tähän tyyliin: ”Hei vain arvoisat Yrttiystävät! Onpa mukavaa nähdä teidät viimein. Tässä olemme rohkeine seikkailuseurueinemme, valmiina teitä auttamaan. Seuraavaksi ajattelimme piirtää teistä muotokuvat, jotta tutustuisimme paremmin toisiimme. Sitä varten poimimme teistä hieman osia, joista voimme katsoa mallia. Kiitos, että annatte meille pienet palaset!”

Jokainen ryhmä poimii itselleen nimikkoyrttiään jonkun oksan, jossa näkyy yrtin montaa eri osaa eli lehteä, vartta ja mahdollisesti kukkaa. Nokkosta voi olla jännittävää poimia, mutta kannattaa rohkaista, että pistely ei ole vaarallista. Sillä ei sinänsä ole väliä, mitä yrttiä kukin ryhmä poimii,

koska yrttejä kierrätetään ryhmältä ryhmälle, joten kaikki pääsevät kuitenkin piirtämään kaikkia yrttejä.

Tämän jälkeen ryhmät menevät istumaan Ulkoluokkahuoneen pöytien ääreen, ja asettavat kasvinsa niin, että kaikki ryhmän jäsenet näkevät sen. Tarkoitus on piirtää oman ryhmän edessä olevasta kasvista muotokuva kahdessa minuutissa.

(Jos lapset ovat vanhoja tai hyvin rutinoituneita piirtäjiä, tehtävää voidaan vaikeuttaa siten, että piirtäminen tehdään vasemmalla kädellä, tai oikealla, jos lapsi on vasenkätinen. Vasemmalla kädellä piirtämisen tarkoitus on auttaa lapsia näkemään kasvi ”sellaisena kuin se on”, sen sijaan että piirrettäisiin kasvi sellaisena kuin ajatellaan sen perinteisesti olevan. Vasemmalla kädellä piirrettäessä piirtäjä joutuu keskittymään enemmän siihen mitä piirtää, eli piirtäminen ei tapahdu automaattisella lihasmuistilla. Lisäksi mahdollisesti joskus ilmenevää, ei-toivottua piirustusten ”hienouden” vertailua on vaikeampaa tehdä, kun kaikkien piirustusjälki on yhtä lailla huojuvaa.)

Ennen piirtämisen aloittamista lapsille kerrotaan, että tässä tehtävässä koetetaan ystävystyä Yrttiystävien kanssa piirtämällä niistä muotokuvat. Kuka ei ilahtuisi omasta muotokuvasta! Lisäksi on todella tärkeää meillekin, että tiedämme kuka näyttää miltäkin, jotta osaamme tunnistaa oikeat kasvit niitä poimiessamme. Yrttiystävät toivovat, että heidän muotokuvansa keskittyisivät kuvailemaan heidän sieluaan, joten ei tarvitse huolestua, jos kahdessa minuutissa ei ehdi tekemään täysin oikean näköistä muotokuvaa. Lisäksi Yrttiystävät kehottavat, että piirtämisen aikana ajateltaisiin aivan kuin nähtäisiin kasvi ensimmäistä kertaa, jonakin ihmeellisenä ja ainutlaatuisena.

Opettaja kertoo jokaiselle ryhmälle ennen piirtämisen aloittamista, mikä kasvi heillä on edessään. Jokaista kasvia piirretään 2 minuuttia, ja opettaja ottaa aikaa. Aina kahden minuutin jälkeen opettaja antaa ryhmälle seuraavan piirrettävän kasvin. (On nopeampaa, että opettaja kierrättää kasveja ryhmältä toiselle, kuin että ryhmät liikkuisivat kasvilta toiselle. Kannattaa ehkä jopa sopia, että lapset eivät koske yrttiin, ettei tule eripuraa yrtin asettelusta, vaan että opettaja asettelee yrtin piirustusasentoon.)

Kun kaikki lapset ovat piirtäneet kaikki 5 kuvaa, jokainen ryhmä saa palkinnoksi 3 kappaletta Kadonnut Yrttitieto -kortteja. Yrttitieto on ryhmän yhteistä. Kasvit jätetään siististi ulkoluokkahuoneeseen, niitä käytetään vielä myöhemmin (niistä tehdään teetä, joten koko tehtävän ajan niitä kannattaa pitää siististi).

2.4 Perinnenimien aikaportaali

Tehtävässä tutkitaan yrttien vanhoja perinnenimiä. Tarkoitus on tuoda esiin perinnetiedon säilymisen tärkeyttä ja yrttien käytön historiallista kontekstia.

Kesto: 20 min

Opettajan materiaalit: -

Lasten tarvitsemat tarvikkeet: Muistiinpanovälineet

Paikka: Punaisen talon vasemmanpuoleinen vierusta, jossa roikkuu pullo- ja puusta

Ennakkovalmistelut: -

Asetutaan ryhmittäin noin parinkymmenen metrin päähän pullopuusta. Opettaja kertoo innoissaan lapsille mistä on kyse, tähän tyyliin. ”Mikä tuuri! Menneisyydestä on auennut aikaportaali nykyhetkeen, ja perinnekasvien kadonneet nimet ovat ilmestyneet tänne! Jokainen noista DNA-nesteillä täytetyistä pulloista vastaa yhtä yrttiä, eli pullojen lukumäärän mukaisesti eri yrttejäkin on viisi. Jokaisen pullon kyljessä lukee yrtin perinnenimiä, jotka on kerätty eri aikakausilta ja eri puolilta Suomea. Tehtävänänne on hakea nimet ennen kuin aikaportaali taas sulkeutuu, ja kirjoittaa ne tarkasti ylös vihkoonne, jotteivät nimet taas häviä jonnekin ihmiskunnan unholan syövereihin.”

Säännöt

Aluksi ryhmät kirjoittavat vihkoihinsa (riittää, että yhteen paikkaan kirjoitetaan, kaikilla ei tarvitse olla omaa vihkoa) numerot yhdestä viiteen niin, että niiden viereen mahtuu kirjoittamaan monia sanoja. Jokainen numero kuvastaa yhtä pulloa, ja kun juoksijat alkavat käydä pulloilla, he kertovat minkä värisestä pullosta nimet löytyivät. Silloin numeron viereen voi kirjoittaa sen värin, jonka värinen pullo oli.

Vain 1 henkilö kerrallaan saa juosta pulloille, muu joukkue jää aloitukseen. Aikaportaalin alueella juoksija valitsee jonkun tietyn värisen pullon, ja painaa sen kyljestä niin monta perinnenimeä mieleensä kuin mahdollista. Painettuaan mieleensä haluamansa määrän nimiä juoksija juoksee takaisin ryhmän luo, ja hän kertoo kaikki muistamansa nimet ryhmäläisille, jotka kirjoittavat ne ylös. Heti kun juoksija on saanut kaikki muistamansa nimet kerrottua ja ne on kirjoitettu, seuraava juoksija saa lähteä matkaan. Huomatkaa: Kulloinenkin juoksija on mykkänä koko juoksun ja Aikaportaalilla olemisen ajan, hän ei siis saa huudella nimiä ryhmälle ennen kuin on takaisin ryhmän luona. Tällöin myös muut ryhmät saattaisivat kuulla vastauksia, joten senkään takia ei kannata huudella.

Aikaa tehtävän suorittamiseen on 10 minuuttia. Sen aikana on tarkoitus kerätä niin paljon perinnenimiä vihkoon kuin mahdollista.

Tehtävä huipentuu siihen, että pohditaan mille kasville mitkäkin nimet kuuluvat. Yhdessä pullossa eli värissä siis on yksi kasvi. Vinkki: Usein perinnenimet ovat todella värikkäitä ja kuvailevia, ja kertovat kasvin ominaisuuksista tai käyttötarkoituksesta. Siksi voi olla helppo arvata, että mikä kasvi on kyseessä.

Kun kaikki 5 kasvia on löytäneet perinnenimensä, ryhmät saavat Keräilypusseihin opettajalta palkinnoksi 4 kappaletta Kadonnut Yrttitieto -kortteja

2.5 Seikkailijan tietopankki

Tietokilpailun avulla opitaan tietoa yrttien turvallisuudesta sekä niiden keräämisestä ja käytöstä.

Kesto: 30 min

Opettajan materiaalit: -

Lasten tarvitsemat tarvikkeet: Muistiinpanovälineet

Paikka: Joku mukava alue, jolla mahtuu toimimaan

Ennakkovalmistelut: -

Opettaja kysyy kysymykset ääneen, ja ryhmät vastaavat omiin vihkoihinsa. Kysymysten jälkeen käydään läpi oikeat vastaukset. Opettaja voi oikeita vastauksia läpikäydessä kysyä aluksi ryhmiltä heidän mielteitään ja vastauksiaan, ja sitten vasta kertoa oikeat vastaukset ja lisätietoa asiasta.

KYSYMYKSET

1. Yrttien kasvupaikka vaikuttaa siihen, kannattaako niitä syödä. Mistä seuraavista paikoista poimisit yrtejä syötäväksi?
 - a) Kotitalon läheltä
 - b) Moottoritien laidalta
 - c) Ison pellon vierestä
 - d) Tehtaan läheltä
 - e) Metsästä
2. Mitä näistä yrteistä voisit käyttää pinaattilettujen reseptissä pinaatin sijaan?
 - a) Ruusua
 - b) Kehäkukkaa
 - c) Nokkosta
 - d) Kanervankukkaa
3. Löydät kaksi kasvia, jotka näyttävät melkein samanlaisilta. Ajattelet tunnistavasi toisen, mutta toisesta olet hieman epävarma. Kannattaako epävarma, mutta melkein oikean kasvin näköinen kasvi ottaa mukaan vai ei?
4. Äitiä kiukuttaa se, että olet vahingossa rikkonut äidin lempikahvimukin. Mistä yrtistä tehtyä teetä tarjoaisit piristykseksi äidille, jotta hän tuntisi enemmänkin rakkautta kuin kiukkoa sinua kohtaan?
 - a) Siankärsämöä

- b) Kanervaa
- c) Ruusua

5. Yrttejä voi säilöä eri tavoin. Säilöminen tarkoittaa sitä, että yrtille tehdään jonkinlainen toiminto, ja sen jälkeen se säilyy pitkään hyvänä. Ennen aikaan ei ollut esimerkiksi jääkaappeja, joten siksi erilaisia säilömistapoja on silloin keksitty ja käytetty paljon enemmän kuin nykyään. Minkälaisia yrttien säilömistapoja keksitte?
6. Yksi säilömistapa on kuivaaminen. Missä kodin paikoissa yrttejä voisi kuivata parhaiten?
7. Sinulla on keväisin heinänuhaa. Mummosi tarjoaa sinulle eräänä päivänä suurta kupillista hyvältä tuoksuvaan siankärsämöteetä. Et ole ennen maistanut siankärsämöä, mutta tiedät sen olevan terveellistä. Juotko koko kupin?
8. Yrttejä voi käyttää sekä sisäisesti että ulkoisesti. Keksittekö esimerkkejä siitä, mitä kumpikin käyttötapa voisi tarkoittaa?

RATKAISUT

1. Yrttejä kannattaa poimia a) kotitalon läheltä ja e) metsästä. Yrttejä ei kannata poimia b) moottoritien laidalta, c) ison pellon vierestä eikä d) tehtaan läheltä. Autoista ja tehtaista voi tulla paljon saasteita ja kemikaaleja, ja pelloilla voidaan käyttää erilaisia tuholaismyrkkyjä, joten niiden läheltä ei kannata poimia itselleen yrttejä. Tuleeko teille mieleen, mistä muualta ei kannata poimia yrttejä? (Esimerkiksi kaatopaikan tai navetan läheltä, sellaisilta paikoilta joissa ulkoilutaan paljon koiria, jne.)
9. Pinaattilettujen reseptissä voi käyttää pinaatin sijaan c) nokkosta. Nokkosta voi laittaa myös munakkaaseen, lasagneeseen, pizzaan, leipätaikinaan tai vaikka smoothieeseen.
10. Kun poimii kasveja, marjoja tai sieniä, täytyy AINA olla varma lajin tunnistamisesta. Monilla syötävillä kasveilla on niin kutsuttuja näköislajeja, eli sellaisia kasveja jotka ovat eri lajia ja jopa voivat olla syömäkelvottomia tai myrkyllisiä, mutta niitä on vaikea erottaa toisistaan. Vaikka tänään opituilla yrteillä nokkosella, ruusulla, kanervalla, siankärsämöllä ja kehäkukalla ei ole myrkyllisiä näköislajeja, silti niitäkin poimiessa pitää olla tarkkana. Tiedätkö joitakin myrkyllisiä kasveja? (Opettaja kysyy lapsilta, ja asiasta voidaan hetki keskustella.) → Suomessa ei ole onneksi kovin monia myrkyllisiä kasveja. Niitä on kuitenkin jonkin verran! Esimerkiksi kielo, lupiini, valkovuokko ja tulppaani ovat myrkyllisiä. Myrkykkasveja ei sinänsä tarvitse kuitenkaan pelätä – tiesittekö esimerkiksi, että tutuissa syötävissäkin kasveissa on osia, joita ei tule syödä? Nimittäin raparperin lehti, omenan siemenet sekä perunan vihreät osat ovat lievästi myrkyllisiä. Muista siis aina varmistaa, ennen kuin maistelet uusia kasveja tai niiden osia. (Jos joku kysyy, niin lievästi myrkyllinen tarkoittaa, että jos vähän sattuu

maistamaan sitä, niin ei tapahdu välttämättä mitään. Isommissa määrissä voi ruveta tulemaan huono olo tai jotakin vakavampia oireita.)

11. Kiukutteleville ihmisille kannattaa tarjota c) ruususta tehtyä teetä. Ruusun kukan terälehdissä on eteerisiä öljyjä, jotka vähentävät kiukuttelua ja lisäävät rakastavaa mielialaa.
12. Yrttejä voi säilöä muun muassa pakastamalla tai kuivaamalla, tai niitä voi uuttaa johonkin nesteeseen kuten öljyyn tai alkoholiin, jolloin saadaan yrttiöljyä tai niin kutsuttua tinktuuraa. (Jos joku kysyy lisää tinktuurasta, se on siis vahva alkoholiliuos, jota ei tarvitse syödä kuin muutamia tippoja, koska yrttiä on laitettu siihen niin paljon. Esimerkiksi monet juovat flunssan aikaan veteen laitettuja Echinaforce-tippoja, johon on uutettu punahattu-nimistä kukkaa.)
13. Kuivaamiseen tarvitaan kuiva ja lämmin paikka. Kotona sellaisia ovat esimerkiksi sauna (silloin kun siellä ei kylvetä) tai sellainen huone, jossa on vaikka lattialämmitys. Usein myös jääkaapin päällä on tyhjää tilaa, jota jääkaappi lämmittelee. Kuivaaminen kannattaa tehdä vaikka leivinpaperin tai ohuen kankaan päällä. Kattoon voi myös vaikka ripustaa pienen ”riippumaton” yrteille, jonka päällä ne voivat kuivua.
14. Kun maistelet ensimmäistä kertaa uusia yrttejä, maistelu kannattaa aloittaa varovaisesti. Varsinkin jos kärsii keuhaisin heinänuhasta, se voi tarkoittaa, että on erityisen herkkä joillekin kasveille. Erityisesti siankärsämö on sellainen kasvi, jolle moni saattaa olla allerginen. Siksi uusia yrttejä kannattaa maistella vain ihan hieman, eikä suinpäin suuria määriä.
15. Kun yrttejä käytetään ulkoisesti, niistä tehdään esimerkiksi ihoöljyä, kuumia hauteita, jalkakylpyjä tai niillä vaikka huuhdellaan hiukset. Tällöin voidaan hoitaa esimerkiksi haavoja, ihottumaa, erilaisia kipuja tai vaikka hilsettä. Esimerkiksi kehäkukkaa käytetään ulkoisesti kaikenlaisiin iho-oireisiin. Sisäisesti yrttejä käytettäessä niistä tehdään vaikka teetä tai tinktuuraa, mutta yrttejä voi laittaa myös ruoan sekaan mausteeksi, jolloin yrtin hyvät ominaisuudet saadaan ruoasta! (Esim. nokkonen ja siankärsämö ovat hyviä yrttejä mausteeksi, nokkonen jopa vihannekseksi.)

Kun vastaukset on käyty läpi, opettaja antaa ryhmille 2 kappaletta Kadonnut Yrttitieto -kortteja.

2.6 Aistitutkimus

Seuraavaksi päästään tutustumaan yrtteihin eri aistein. Mennään hetkeksi Unohdettujen laaksoon tutustumaan tarkemmin Yrttiystäviin, ja sen jälkeen ulkoluokkahuoneeseen, jossa tehdään yrteistä rohdoksia ja tutustutaan niihin erilaisten aistiharjoitusten avulla.

Kesto: 30 min

Opettajan materiaalit: -

Lasten tarvitsemat tarvikkeet: -

Paikka: Ensin Unohdettujen laakso, sitten ulkoluokkahuone

Ennakkovalmistelut: -

Mennään taas Unohdettujen laaksoon, ja asettaudutaan niin, että kaikki lapset näkevät yrtit ja kuulevat opettajan puheen. Opettaja kertoo lapsille sen mitä kuulee kasvihenkien puhuvan, ja aina pitää kädessään sitä yrttiä josta puhuu, jotta puheella on jokin konkreettinen kiintopiste, johon lapset voivat keskittää huomionsa. Opettaja poimii yrttiä noin 2–3 oksaa (eli noin 3–5 ruokalusikallista, jos määrän ajattelee kuivattuna ja hienonnettuna). Joka yrtistä puhumisen jälkeen opettaja antaa kyseiset yrtit ryhmälle, jonka nimikkoyrtti se on. Ryhmän tulee pitää siitä huolta siihen asti, kunnes niillä tehdään seuraava tehtävä.

Ruusu

”Kasveista sanotaan olevan iloa myös mielelle, ja varsinkin eri kukilla onkin erilaisia vaikutuksia mielialaan ja tunteisiin. Ruusun tuoksun ja ruusun kukasta tehdyn teen sanotaan antavan rohkeutta, estävän kiukuttelua ja nostavan mielialaa. Lisäksi ruusu on rakkauden kukka! Ruususta kannattaa tehdä teetä kuitenkin vain, jos se kasvaa jossakin puutarhassa täällä meillä Suomessa. Nimittäin ne ruusut, joita kukkakaupoissa myydään, saattavat olla jalostettu sellaisiksi, että ne eivät edes tuoksu miltään saati että niillä sitten olisi joitakin vaikutuksia. Lisäksi niiden viljelyssä ollaan saatettu käyttää joitakin kemiallisia kasvatusaineita. Mutta katsokaa miten se onkin kaunis! Voin lähes nähdä ja kuulla Ruusun hengen, miten se alkaa olla iloisemmalla tuulella, kun olemme auttaneet kasvihenkiä niin monin tavoin, ja miten se levittää hyvää mieltä myös meille! Tunnetteko tekin sen, miten hyvä ja lämmin olo alkaa tuntua tässä rinnassa?”

Kehäkukka

”Kehäkukka on näistä meidän tämpäpäiväisistä Yrttiystävistämme ainoa, jota kannattaa käyttää ulkoisesti. Muista teemme kohta teetä, mutta kehäkukasta yksi ryhmä saa tehdä ihokääreän. Kehäkukkaa on käytetty iät ja ajat erilaisiin ihovaivoihin. Sen muistaa siitä, että yksi sen nimistä on käivärä, joka kuulostaa ainakin minusta ihan joltakin näivettyneeltä iholta, tai vanhalta mummolta, jolla on ryppyinen iho! Kehäkukasta tehty öljy siis auttaa monenlaisiin ihovaivoihin: hyttysenpuremiin, rohtumiin, haavoihin, palaneelle iholle ja kutinaan.”

Kanerva

”Tämä violettikukkainen kaunis varpukasvi on Kanervan hengen koti. Onko joku nähnyt tätä kasvia joskus jossain? (Kanerva kasvaa yleensä metsissä, ja sitä myös myydään kukkakaupoissa koristekasviksi näin syksyisin.) Eikö vain olekin rauhoittavan näköinen kasvi, sellainen, että tulee mieleen miten ihanaa olisi hypätä aurinkoisen kanervaniityn keskelle makoilemaan, sammalen ollessa selän alla pehmeänä mattona... Kanervan kukista voi tehdä sellaista teetä, joka tuo tätä rauhan tunnetta mieleen, vaikkei pääsisikään metsään makoilemaan. Kanervateen sanotaan nimittäin olevan hyvä iltatee, joka rauhoittaa mieltä, jos meinaa muuten olla le-

voton olo. Kiitos Kanervan henki, kun annat meille niinkin tärkeää tunnetta kuin rauhaa!”

Siankärsämö

”Tämän kasvin latinankielinen nimi Achillea tulee Kreikkalaisesta tarustosta ja vanhasta mytologiasta, nimittäin sankarillisen Akilleen nimestä. Tietääkö joku soturi Akilleen? Hän oli tunnettu mahtavista voimistaan, ja siksi siankärsämökin on nimetty hänen mukaansa – siankärsämöllä nimittäin on myös sankarin voimat. Siitä tehty tee auttaa melkein kaikkiin kuviteltaviin vaivoihin: flunssaan, vatsavaivoihin, sydänongelmiin... Tärkeimpänä kuitenkin siankärsämön vaikuttavana kykynä on juurikin flunssa-apu. Siksi sen monet perinnenimetkin kertovat erilaisista flunssan oireista, jos muistatte niitä? (Esimerkiksi aivastusjuuri ja nenätiisti olivat sellaisia siankärsämön vanhoja nimiä, jotka kuvastavat siankärsämön flunssaan auttavia ominaisuuksia.)”

Nokkonen

”Nokkosen tuntee varmaan aika moni, koska kun sitä koskee, niin ihoa polttaa ja pistelee. Pistely ei kuitenkaan ole vaarallista, sitä ollaan joskus jopa käytetty lääkkeenä lisäämään ihon verenkiertoa! Lisäksi nokkosessa on tosi paljon vitamiineja, joten se on hyvin terveellinen ja kun juo siitä tehtyä teetä, niin se piristää. Nokkosta voi käyttää myös ruoanlaitossa, sitä voi lisätä melkein mihin vaan ruokaan, kuten vaikka sämpylöihin, lasagneeseen tai pizzaan, niin ruoasta tulee superruokaa! Nokkonen on muutenkin kovin monikäyttöinen: siitä on entisaikaan tehty lankaa, ja nokkosvedellä voi huuhdella hiukset, niin niistä tulee kiiltävät. Nokkosen piristävyyden ja terveellisyyden muistaa siitä, että se on niin pistävä ulkoisesti, että sisäisestikin se on kuin piristysruiske! ... Ai mitä sanot Nokkosen henki? Ai että toivot, että kaikki koskisivat lehtiäsi yhteisenä rohkeuden osoituksena siitä, etteivät he pelkää ystävystyä kanssasi? Ja että pieni pistely on tärkeä vaihe seikkailun etenemisessä? Selvä pyy, kerron tämän seikkailijoille.”

(Eli siis tuodaan esiin ”keskustelemalla” Nokkosen hengen kanssa, että kaikki lapset koskisivat nokkoseen, ja tuodaan selvästi esiin että pistely ei ole vaarallista. Seikkailun luonteeseen kuuluu, että matkalla kohdataan erilaisia vastoinkäymisiä, jotka oikeastaan vain luovat seikkailulle asiaankuuluvaa jännittävää tunnelmaa ja antavat lapsille mahdollisuuden kokea uusia aistiärsyksiä. Olisi myös toivottavaa että kaikki tekisivät sen, jotta itsensä ylittämisen tunnelma olisi koko ryhmän välinen, mutta tietenkään ketään ei painosteta tai pakoteta. Ja jos lapsista tuntuu erityisen pelottavalta tai vastenmieliseltä koskea nokkoseen, opettaja voi rohkaista jos vähintään kehäkukkaryhmäläiset haluaisivat tarttua haasteeseen, koska he saavat pian tehdä ihoa hoitavan kääreen, joten he voisivat suoraan testata kehäkukan hoitotehoa nokkosen pistoihin.)

ROHDOSTEN TEKEMINEN

Kun Yrttiystäviin ollaan tutustuttu, ollaan tehty rohkeita tekoja ja yrtit on lapsilla mukana, mennään ulkoluokkahuoneeseen. Opettaja laittaa vettä vedenkeittimessä kiehumaan, ja lapset asettuvat ryhmittäin pöytien ääreen. Jokainen ryhmä saa valmistaa yhden yrttivalmisteeseen. Muut tekevät teetä maisteltavaksi, mutta kehäkukka-ryhmä tekee ihokääreeseen. Sillä aikaa kun vesi kiehuu, ryhmät ottavat itselleen yhden kannun, ja jokainen ottaa oman mukan.

Jokainen ryhmä tekee oman yrttiteen, jonka jälkeen (jos jää aikaa), maistellaan muiden ryhmien teitä.

Yrttitee tehdään niin, että yrtit laitetaan kannun pohjalle, niitä voi hieman laittaa pienemmiksi paloiksi. Kun ryhmä on valmis, he saavat pyytää opettajalta kiehuvaa vettä. Kuumaa vettä kaadetaan kannuun yrttien päälle, ja teen annetaan hautua muutama minuutti. Kun tee hautuu, sitä haistellaan ja mietitään miltä se tuoksuu. Kuvitellaan olevamme viininmaistelijoita. Laittakaa silmät kiinni, ja miettikää seuraavia kysymyksiä.

- Mitä hajusta tulee mieleen?
- Tuoksuuko tee siltä, miltä kyseinen yrtti näyttää?
- Muistuttaako tuoksu jotakin tuttua, vai onko se täysin uudenlainen?
- Tuleeko tuoksusta mieleen yrtin parantavat voimat?

Ryhmät keskustelevat aiheesta keskenään. Kun hajuista on keskusteltu ja tee on hautunut, kehäkukkaryhmä saa alkaa tehdä ihokääreitä, ja muut saavat siirtyä makumatkalle.

Kehäkukkaryhmä: Kehäkukkateetä ei käytetä yleensä sisäisesti, vaan ulkoisesti. Eli teehen kastetaan muutamia käsipyyhepapereita, ja niistä tehdään hoitava ihokääre. Käsipyyhepaperit laitetaan nokkosen pistosta kutiavaan kohtaan, tai jos lapsilla on ihossa muita kutiavia/ihottumaisia kohtia, niin kääre voidaan laittaa myös niiden päälle. Jos mikään kohta ihossa ei kaipaa erityistä parantamista, niin voi laittaa kääreeseen vain käsivarren päälle ja nauttia lämpimästä tunteesta. Kehäkukka kuitenkin tekee hyvää iholle, vaikkei ole mitään varsinaisesti parannettavaa. Kun on asettanut kääreeseen iholle, sitä pidetään siinä tovi, ja rentoudutaan ja keskitytään lämpimään mukavaan tunteeseen ja siihen, miten kehäkukan parantavat ainesosat imeytyvät ihoon. Laitetaan silmät kiinni, ja mietitään miltä kehäkukkainen kääre tuntuu. Kun kääreitä ollaan sopivasti pidetty, voidaan mennä maistelevaan muiden ryhmien tekemiä teitä.

Muut ryhmät: Teetä kaadetaan jokaiselle ryhmäläiselle pienen pieni tilkka, tarkoitus olisi että muillekin ryhmille voisi jäädä hieman maistettavaa (varsinkin kehäkukkaryhmälle, joka ei tee itse teetä juotavaksi). Lapset voivat itse kaataa teen omille ryhmäläisilleen. Ennen juomista voidaan kippistää yhdessä yrttien parantaville voimille, ja sille että Yrttiystävien ja

ihmisten ystävyys alkaa taas parantua! Teetä ja varsinkin eri teitä maistellessa pohditaan seuraavanlaisia kysymyksiä.

- Minkälaisia ajatuksia tulee mieleen teen mausta?
- Maistuuko tee siltä, minkälaisia terveysvaikutuksia sillä on?
- Muistuttaako maku jotain tuttua?
- Miten eri teet eroavat toisistaan?

Kun teet ollaan maisteltu ja kääreet pidetty, siivotaan ulkoluokkahuone siistiin ja Yrttiystäviä kunnioittavaan kuntoon. Huuhdotaan omat mukit sekä kannut, ja laitetaan käytetyt teenlehdet kompostiin. Tästä tehtävästä saa 6 kappaletta Kadonnut Yrttitieto -kortteja.

2.7 Palaset lokahtavat kohdilleen

Tehtävän tarkoituksena on kerrata ja koota yhteen yrttien käyttötapoja ja -tarkoituksia aiemmin kerättyjen ja kuultujen vinkkien perusteella.

Kesto: 30 min

Opettajan materiaalit: -

Lasten tarvitsemat tarvikkeet: Pusseihin kerätyt Kadonnut Yrttitieto -kortit.

Paikka: Joku mukava alue, jolla mahtuu liikkumaan

Ennakkovalmistelut: -

Lapset ovat päivän aikana keränneet unohdettua yrttitietoa hajanaisesti kasaan. Nyt Kasvihenget ovat pyytäneet, että tiedon voisi koota selkeäksi kokonaisuudeksi, jotta tieto sinetyisi lasten muistiin ja ettei tieto taas pääsisi hukkumaan historian tuuliin. Kun laatat lokahtavat oikeille paikoilleen, universumissa syntyy hyvä tiedon aalto, jollaisia syntyy aina toisinaan, kun jotakin merkittävää tapahtuu. Aallon pitäisi viedä tieto Kadonneen Yrttitiedon löytymisestä kaikille kasveille ympäri Suomen!

Jokainen ryhmä kaivaa pusseistaan esiin 15 tehtävistä saamaansa Kadonnut Yrttitieto -korttia. Korteissa on symbolit, jotka tarkoittavat seuraavaa:



= Mikä yrtti on kyseessä






= Mikä osa yrtistä käytetään ja miten yrtti valmistetaan käyttöä varten



= Millaisia parantavia ominaisuuksia yrtillä on

Tarkoituksena on päivän aikana opittujen tietojen perusteella yhdistellä kortit oikein siten, että jokaiseen kasviin on yhdistetty sen tieto siitä miten sitä käytetään, ja mihin se vaikuttaa. Kortit asetellaan maahan, ja jokaiselle riville kuuluu siis tulla yksi jokaista symbolia. Esimerkiksi:

Kasvi	Käyttötapa	Vaikutukset (”Terveyskortti”)
 Kanerva	 Kukat laitetaan teen sekaan.	 On mainio iltatee, koska rauhoittaa sekä mieltä että vatsaa.

Kun ryhmä on valmis, opettaja tarkastaa ovatko laatat loksahaneet oikeille paikoilleen. Kun korttijärjestys on tarkistettu kaikilta ryhmiltä, opettaja kerää terveyskortit pois, eli käyttötapa- ja kasvikortit jäävät ryhmille. Aikaa tämän tehtäväosion tekemiseen on 10 minuuttia. Tämän jälkeen on Hetken aika!

Opettaja kehuu lapsia hienosta työstä, kun lapset ovat ratkaisseet unohdetun kasvitiedon mysteerin, ja kasvihenget voivat taas alkaa tervehtyä! Mutta vielä on viimeisen näytön paikka! Opettaja kertoo tarvitsevasa jokaisesta ryhmästä kaksi vapaaehtoista (tai yhden, jos ryhmien koko on kolme tai vähemmän).

Säännöt: Jokainen vapaaehtoinen (tai parivaljakko) saa yhden terveyskortin. Heidän pitää esittää yleisölle lyhyt näytelmä, jonka aikana ilmenee kortissa lukenut vaiva. He antavat yleisölle merkin ja sanovat ROHTORYNNÄKKÖ, kun he ovat näytelleet esityksensä loppuun, jotta he saavat rauhassa esittää koko näytelmän loppuun. Yleisön pitää merkin kuultuaan koittaa ”parantaa sairastuneet”, eli heidän täytyy pohtia omissa ryhmissään mitä yrttiä he antaisivat ja missä muodossa.

Jokaisella kierroksella yksi ryhmä on vuorollaan vastausvuorossa, ja aikaa vastaamiseen on käytettävissä noin minuutti. Vastaaminen tapahtuu niin, että ryhmä valitsee ja esittää muille kaksi korttia: yksi kasvi- ja yksi käyttötapakortti.

Kun joukkue on esittänyt vastauksensa julkisesti, muut ryhmät saavat käyttää haastevuoron. Eli jos heistä tuntuu, että jompikumpi korteista on väärin, he voivat esittää haasteen ja kertoa mikä heidän mielestään on oikea vastaus. Jos haastepuheenvuoron käyttäneet ovat oikeassa, ja kortti oikeasti oli väärin, he saavat kortin itselleen. Jos he olivat väärässä haasteensa kanssa ja kortti oli aivan oikein, alun perin vastausvuorossa ollut ryhmä saa ottaa sokkona yhden kortin parannusehdotuksen tehneeltä ryhmältä.

Vastausvuorossa oleva ryhmä saa yrittää niin monta kertaa kuin haluaa, ja joka kerta muilla ryhmillä on kommentointioikeus. Vuoron saa myös siir-

tää seuraavalle ryhmälle ensimmäisen yrityksen jälkeen, jos tuntuu, että ei tiedä vastausta. Kun oikea vastaus on löytynyt, esiintyjien omat ryhmäläiset liittyvät näytelmään ja näyttelevät parantamiskohtauksen. Tämän jälkeen on seuraavan näytelmän vuoro, ja sama toistuu.

2.8 Loppuseremonia

Loppuseremoniassa kasvatetaan lasten ympäristöherkkyyttä ja palkitaan päivästä. Ympäristöherkkyyden kasvattaminen muodostaa pohjan ympäristövastuulliselle käyttäytymiselle. Lapset saavat diplomin, jonka tarkoitus on toimia voimaannuttavana muistutuksena opituista taidoista. Lisäksi diplomissa on lueteltu ydinkohdat viidestä taikayrtistä, jotta opittujen taitojen hyödyntäminen koulun ulkopuolella, esimerkiksi oman perheen kanssa, olisi helppoa ja vanhemmatkin saisivat tietoa päivän teemoista.

Kesto: 20 min

Opettajan materiaalit: Viimeinen kirje, jokaiselle lapselle tulostettu diplomi

Lasten tarvitsemat tarvikkeet: Istuinalusta

Paikka: Läheinen metsäaukea (Lähtekää kulkemaan Perinnepihalta Hallilantielle päin, ja kääntykää metsän alkaessa polulle vasemmalle. Sitä kulkemalla päätyy pienelle metsäaukealle.)

Ennakkovalmistelut: -

Asetutaan yhteiseen ringiin makaamaan ja laitetaan silmät kiinni. Opettaja lukee viimeisen kirjeen, joka päättyy rentoutusharjoitukseen. Kun kirje ja harjoitus on ohi, tehdään jakamisiiri, eli kaikki kertovat vuorotellen piirissä ”Tässä päivässä parasta oli...”. Myös opettajan on hyvä osallistua ringiin. Piirin jälkeen opettaja jakaa kaikille juhlallisesti kumarrellen diplomit ja kiittelee lapsia hienosta työstä. Sitten voidaankin lähteä kotiin.

KIRJEET

Oikein hyvää ja kukertavan kaunista päivää (Ensimmäinen kirje)

Emme ole esittäytyneet toisillemme aikaisemmin, joten voi olla paikallaan, että kerron heti alkuun hieman itsestäni. Olemme kyllä tavanneet monta kertaa. Tapasimme silloin, kun haistelit hyvän tuoksuisia ruusuja puutarhassa, ja kun katselit koivujen oksia heilumassa tuulen henkäysten voimasta kesämökillä, ja myös silloin kun olit poimimassa mustikoita ja sieniä syksyllä.

Joko arvaatte kuka olen? Olen Kaikkien Kasvien Muinainen Henki! Asun jokaisessa kasvissa. Minulla on myös lukematon määrä ystäviä, jotka asuvat jokaisessa kasvissa erikseen. Kun minä asun ja olen ikään kuin kaikkialla samaan aikaan, muilla hengillä taas on omat nimikkokasvinsa, joita he pitävät koteinaan.



Esimerkiksi ystäväni, Nokkosen Henki, on todella piristävä heppu – hän on täynnä energiaa ja antaa aina potkua päivään! Hän asuu nokkosissa, ja kuten nokkosiakaan, ei Nokkosen Henkeäkään, voi olla huomaamatta, jos niihin törmää... Toinen kaverini, joka puolestaan asuu kehäkukassa, on nimeltään Kehäkukan Henki. Hän on kovin kaunis, ja erittäin kiinnostunut ulkonäöstä ja muista esteettisistä ja taiteellisista asioista. Siksi, kun hierot kehäkukkaa iholle, pääset eroon kaikenlaisista ihovaivoista kuten kutinasta ja ihottumasta. Mutta! Minulla on muutakin asiaa kun ystäviemme esittely, mennään eteenpäin. Saat kuulla lisää ystävistämme myöhemmin.

Me kaikki kasvit elämme auringon valosta, ja lisäksi oikein kukoistamme ja tunnemme olevamme vahvoja silloin, kun ihmiset ja muut eliöt antavat meille arvoa ja pitävät meitä tärkeinä. Tästä minä halusinkin teille puhua. En nimittäin ole tuntenut oloani kovin vahvaksi viime aikoina. Oikeastaan jo pitkän aikaan minusta on tuntunut, että voimani vain valuvat pois ja muutun päivä päivältä heikommaksi! Mutta ei siinä vielä kaikki – koska olen läsnä muuallakin kuin yhdessä paikassa, olen huomannut, että sama

asia tapahtuu lähes kaikille kasveille! Eli en siis pelkästään minä, vaan kaikki ystäväni ovat sairastelleet ja tulleet heikommiksi viime aikoina.

En tiedä tuntuuko teistä samalta? Oletteko tekin sairastelleet paljon viimeisen vuoden aikana? Minusta tuntuu, että kasvikunnan lisäksi koko ihmiskunta on monenlaisten ongelmien kourissa!

Pitkään olin aivan hämmentynyt, miten voi olla että sekä ihmiset että kasvit sairastuvat samaan aikaan. Onko maailmassa liikkeellä jokin paha ja selittämätön voimaolento, joka saastuttaa ja sairastuttaa kaikkia maailman eläviä olentoja?!

Rupesin miettimään, että mikä on muuttunut. Ennen vanhaan ihmiset ja me kasvit leikimme keskenämme päivät pitkät, ja ihmiset keräilivät meitä ruoakseen ja lääkkeikseen. Kuten totesin, kehäkukilla ja nokkosillakin on vaikutusta ihmisten oloon. Itseasiassa luonnossa on todella paljon kasveja, joiden syöminen on hyödyllistä ihmisten kehoille ja mielille. Kutsun tällaisia kasveja yrteiksi. Jotkut kutsuvat myös ruoanlaitossa tarvittavia maustekasveja yrteiksi, teillekin varmaan muun muassa persilja ja oregano ovat tuttuja. Mutta jos kasvista puhutaan ”yrttinä”, ja ei ole kyse kokkailemisesta, se tarkoittaa sitä, että kyseisellä kasvilla on vaikutusta ihmisten terveyteen. Mutta näitä yrttejähän on kuitenkin edelleen olemassa, mikä siis olisi vialla?

Pohdittuani tätä yhtälöä pienessä päässäni pidemmän aikaa, tulin sellaiseen johtopäätökseen, että ihmiset ovat kadottaneet yhteytensä Yrttiystäviin! Eli ensin nämä monet yrtti- ja kasvihenget ovat alkaneet sairastella, koska ihmiset eivät ole arvostaneet niitä. Ja nyt sitten ihmisetkin ovat joutuneet erilaisten epidemioiden kynsiin, koska he eivät ole saaneet tarvittavaa apua ja parannusta vanhoilta tovereiltaan, jotka ovat kuitenkin läpi historian olleet ihmisen rinnalla. Ihmiset eivät enää ehkä edes tiedä, mitkä kasvit ovat ”yrttejä”, tai että millä yrteillä voi tehdä mitään!

Jos siis kadotettu yhteys taas löytyisi, luulen että sekä ihmiset että kasvit voisivat taas löytää vanhat voimansa ja lakata sairastelemasta turhia vaivoja ja tuntemasta tarpeettomia kiukkuja.

Ja nyt koittaa tärkeä ilmoitus. Tässä vaiheessa te astutte kuvaan! Nimittäin, koska olen vain Henki ilman käsiä, jalkoja ja muita gleishyödyllisiä härpäkkeitä, en voi itse tehdä kaikkia tarvittavia asioita. Tarvitsen teitä ihmisiä avukseni. Olen tarkkaillut teidän joukkiotanne jonkin aikaa, ja huomannut että tehän olette melkoisen kelpoa sakkia. Olette osoittaneet huomattavaa rohkeutta ja viisautta monenlaisissa koetuksissa ja arjen puuhissa. Täten kutsunkin teidät seikkailulle yrttien ihmeelliseen maailmaan! Siellä saatte tutustua moniin Yrttiystäviin, joista heistäkin monet ovat sairastelleet viime aikoina. Hekin tarvitsevat siis apua.

Täten siis kutsun teidät erityiseen paikkaan. Siellä kasvaa monenlaisia kasveja, osa niistä yhtä vanhoja tai vanhempiakin kuin teidän isoisovanhempanne! Olen jo sopinut Yrttiystävien kanssa, että voitte mennä sinne heitä tapaamaan.

Nyt on enää yksi asia tehtävänä: Valmistautua seikkailuun! Teidän täytyy ottaa seikkailulle muutamia tarvittavia välineitä. Tässä on niistä lista:

- Muistiinpanovälineet ja piirustuskynät
- Istuinalusta
- Säänmukainen varustus
- Seikkailijan Keräilypussi

Listan viimeinen on Seikkailijan Keräilypussi. Se on ensiarvoisen tärkeä varuste aina kun lähdetään seikkailulle. Sinne talletetaan kaikki seikkailulla eteen tulleet aarteet ja muut jännittävät pienet asiat, jotka halutaan tuoda muistoksi seikkailulta kotiin. Tällaisia voivat olla esimerkiksi hyytävän kauniin väriset kivet, rapsakoiksi kuivuneet lehdet tai etanan hylkäämä kivan sileä kotilonkuori. Tulevan Yrttiseikkailun aikana sillä kuitenkin tulee olemaan jotakin muuta käyttöä. Se selviää sitten perillä. Seikkailupäivän jälkeen voitte sitten pitää pussianne kaikilla omilla seikkailuillanne mukana!

Mutta enpä tässä lorise enempää! Sitten kun tapaamme jälleen, teille selviää tarkemmin, mitä tuleman pitää.

*Ystävällisin ja innostunein terveisin
Kaikkien Kasvien Muinainen Henki*

Heipä hei taas!

(Toinen kirje)

Tervetuloa tänne luonnon helmaan! Toivottavasti matkanne tänne sujui hyvin. Tämä on mielestäni todella hieno ja kiva paikka, sillä täällä on niin paljon kauniita kasveja ja monet niistä kantavat mukanaan paljon tarinoita. Ai millaisia tarinoita? No vaikka mitä. Montaa täälläkin näkemistänne kasveista voidaan kutsua perinnekasveiksi. Mitä se tarkoittaa? Mitä teille tulee mieleen sanasta perinne? (Lapset saavat vastata)

Todella hyviä vastauksia, teidän tiedätte vaikka mitä! Kaikki olitte oikeassa, sillä ei ole yhtä oikeaa vastausta. Perinnetieto voi esimerkiksi tarkoittaa tietoa, joka on peräisin monien sukupolvien takaa. Se voi olla tietoja tai taitoja, jotka ovat välittyneet suullisesti vanhemmilta lapsille. Sitä ei aina olla kirjoitettu muistiin, vaan se on saattanut kulkeutua eteenpäin lauluissa, runoissa, tarinoissa ja yhdessä tekemällä ja puuhastelemalla. Sen voidaan ajatella olevan aikaportaali menneisyyteen: se tekee menneisyyden näkyväksi nykyhetkessä.

Perinnekasvi puolestaan tarkoittaa, että sitä kasvia on käytetty tai kasvatettu jo pitkään. Täällä luonnossa itsekseen kasvavat kasvit tietysti ovat kasvaneet näillä seuduilla jo hyvin kauan, mutta perinnekasviksi voidaan kutsua myös sellaisia kasveja, joita on käytetty joihinkin perinteisiin tarkoituksiin.

Kerroinkin niistä jo teille edellisessä kirjeessäni. Tarkoitan siis yrttejä, eli niitä kasveja, jotka vaikuttavat ihmisten terveyteen ja mielialaan. Kerroin teille myös, että tänään teillä on jännittävä tehtävä, eli löytää takaisin ihmisten ja yrttien kadotettu ystävyys, ja siten parantaa sekä sairastuneet Yrttiystävät että myös koko ihmiskunta!



Miten se sitten onnistuu? Jotta tämän tärkeän ystävyuden voisi rakentaa uudelleen, teidän on löydettävä ja koottava yhteen Kadonnut Yrttitieto. Se on muinaista tietoa, joka on päässyt

pahasti ihmisiltä unohtumaan. Muutoksen tuulet ja historian havina ovat levitelleet Yrttitietoa pitkin maita ja mantuja, ja sattumalta tänne missä nyt olemme, on lentänyt sitä paljon myös.

Yksi esimerkki kadonneesta tiedosta on yrttien kadonneet nimet. Nyt tunnemme esimerkiksi nokkosen vain nokkosena, mutta aikojen saatossa siitä on käytetty kymmeniä eri nimiä, ja siankärsämöllä on ollut jopa yli 150 eri nimeä!

Eri puolella Suomea keksittiin muinoin itse kasveille uusia nimiä. Kasvien perinne- ja lempinimet pohjautuvat usein siihen, miltä kasvi näyttää, tuoksuu tai maistuu, tai mihin sitä voi käyttää. Perinnenimet kertovat siis kasvien historiasta!

Lisäksi, kielissä on useampia sanoja niille asioille, joita on siinä kulttuurissa pidetty tärkeinä. Esimerkiksi eskimoilla ja suomen kielessä on lumelle kymmeniä erilaisia sanoja. Sillä tiedämmehän mekin sen sanonnan: ”Rakkaalla lapsella on monta nimeä”. Siispä, yksi tämänpäiväisistä tehtävistämme on myös löytää yrttien kadonneet nimet!

Perinnetieto yrteistä on siis siksi tärkeää, koska miten sellaisen kanssa voisi olla ystäviä, jonka olemassaolosta saati ulkonäöstä, luonteesta tai edes nimistä ei ole harmainta aavistustakaan!

Teillä on edessä jännittävä päivä. Teidän on päästävä läpi viidestä tehtävästä, joista osasta niistä voitte löytää Kadonnut Yrttitieto -kortteja. Kortit talletatte Seikkailijan Keräilypusseihinne. Osassa tehtävistä pääsette tutkimaan tietoa tarkemmin... Olemmekohan siinä vaiheessa jo lähempänä maailman pelastumista? Kaikki riippuu nyt teistä. Onnea matkaan!

Jännittynein terveisin

Kaikkien Kasvien Muinainen Henki

Hei seikkailijat!

(Kolmas kirje)

Olen seurannut toimianne etäältä tänään, ja olen ollut kovin iloinen näkemästäni! Voin kertoa vastauksen edellisessä kirjeessä esittämäni kysymykseen, ja minulla on ilo ja kunnia julistaa, että olette onnistuneet



päivän tehtävässä ja kadonnut yhteys on toden totta löytynyt! Nyt tiedätte Yrttiystävistä jo vaikka kuinka paljon, ja yrttihenget ovat alkaneet hiljalleen parantua pitkäaikaisista sairauksistaan.

Nyt suljetaan silmämme. Kuuntele tarkkaan. Anna kehosi löytää mukavalta tuntuva asento. Hengitä syvään. Sisään. Ulos. Sisään. Ulos. Anna kehosi tuntea juuri ne tunteet ja tuntemukset, joita juuri nyt koet. Kuuntele hetki tarkkaavaisesti kaikkia ääniä ympärilläsi, keskity vain niihin. Älä mieti mistä äänet tulevat, kuuntele vain. (– –) Palauta taas ajatuksesi hengitykseesi, ja anna äänten vaipua taka-alalle. Sisään. Ulos. Sisään. Ulos.

Olemme täällä metsän siimeksessä, meitä ympäröi monia puita, kasveja, hyönteisiä ja lintuja. Pienenpienet hyönteiset asuvat mullassa, ja tekevät siitä elinkelpoista kaikille kasveille. Olemme tänään oppineet tunnistamaan muutamia kasveja, joissa asuu kasvihenkiä sisällä. Mutta paljastan teille erään asian. Näitä samoja henkiä asuu kaikkialla muuallakin, juuri nyt, ympärillämme, kaikessa elollisessa.

Olette saattaneet ajatella, että ”Hui hai, joitakin henkiä vai..?!”. Se on täysin sallittua. Mutta kutsui niitä millä nimellä vain – henki, menninkäinen, kasvijumala, Yrttiystävä – niin yhtä asiaa ei käy kiistäminen. Olemme yhteydessä ympäröivään maailmaan. Juuri tälläkin hetkellä keuhkoihimme menevät happiatomit, joita hengitämme, ovat tulleet jostakin lähellä tai kaukana olevasta kasvista, kun se on auringon, veden ja ravinteiden avulla yhteyttämällä muuttanut hiilidioksidin meille hengityskelpoiseksi hapeksi.

Vaikka siis joskus tuntuukin siltä, että oma ihmisen keho on olisi jotenkin erillinen muusta ympäristöstään, sellainen itseksensä kulkeva ja erillään muista kasveista ja eläimistä oleva hahmo, niin oikeastaan sitä ei olisi ilman muita maailman eliöitä. Kaikki olemme täällä samassa veneessä, ja kaikki vaikuttavat erilaisin toisiinsa, aivan kuin säkenöivät kultaiset langat hämähäkin verkossa me elämme täällä elämän säikeistössä – jos joku pieni kasvi heiluu ja liikkuu verkon toisessa päässä, se vaikuttaa meihin ja tunnemme maailmamme heiluvan.

Tästä pääsenkin siihen, mitä olemme tänään oppineet. En tiedä, kuinka vieras aihe yrttien käyttäminen muuten kuin ruokana, teille ennestään oli. Toivon kuitenkin, että olette saaneet pienen maistiaisen siitä, minkälaisia kauniita ja hyväntahtoisia voimia luonnon kasvit voivat olla täynnä. Niistä voi löytyä ratkaisuja ja suuntaviittoja monenlaisiin elämän vastoinkäymisiin. Kasvit ovat täällä meitä varten, ja yhtälailla me olemme täällä niitä varten. Siksi on myös tärkeää pitää niistä huolta.

Tulette tästä päivästä eteenpäin huomaamaan, yrttejä kasvaa joka puolella! Tulette törmäämään heihin monissakin paikoissa, ja se johtuu yksinomaan siitä, että tänään kasvatitte ystävyystänne Yrttiystäviin. Nyt kun tunnnette heidät, pystytte huomaamaan heidän olemassaolonsa missä vain, ja tehdä heidät näkyväksi. Voi että miten olenkaan siitä iloinen, EN VOI KYLLIN TEITÄ KIITTÄÄ!

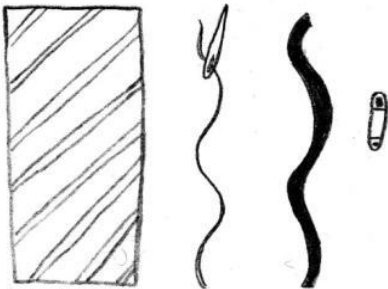
Siitä muuten tulikin mieleeni! Teillä on nyt ne Seikkailijan Keräilypussit, jotka askartelitte itsellenne ennen tänne tuloanne. Nyt voitte alkaa käyttää niitä tositoimissa. Aina kun seikkailija lähtee pienelle löytöretkelle pihaan tai suurelle seikkailulle toiselle puolelle kaupunkia, kannattaa Keräilypussi ottaa mukaan. Sinne on hyvä piilottaa kaikki seikkailulla eteen tulevat kauniit, hyvältä tuoksuvat tai muutoin kiinnostavat muistot kuten kivet, kukat tai kävyt. Voitte keräillä pussiin tietysti myös yrttejä! Voitte ilahduttaa stressaantuneen äitinne poimimalla hänelle kanervan kukkia rauhoittavaksi teeksi, tai voitte kerätä pussinne täyteen siankärsämöä, ja kuivata ne flunssapäivien varalle. Keräilypussin käytöllä vain mielikuvitus on rajana!

Nyt voimme palata vielä hetkeksi kehon ja hengityksen miettimiseen. Tuntuuko kehossa erilaiselta kuin alussa? Kenties innostuneelta? Väsyneeltä? Anna sen tuntua miltä ikinä siitä tuntuukaan, ja keskity taas hetki hengitykseen. Sisään. Ulos. Sisään. Ulos. Aaah, raikas ilma keuhkoissa... Voit pienesti heilutella varpaitasi, sormiasi, jalkojasi, käsiäsi. Voit nyt avata silmäsi. Tutkaile hetki maailmaa. Katsele taivasta, puiden latvoja. Nouse varovasti istumaan ja katsele ympärillesi. Oikein paljon kiitoksia läsnäolostanne, ja toivotan oikein ihanaa päivänjatkoa!

PUSSIN ASKARTELUOHJEET

SEIKKAILIJAN KERÄILYPUSSI

Tarvitset:



- Kangaspalan (koko: 20x46cm)
- Neulan ja lankaa
- Vähän paksumman nyörinarun (n. 70cm)
- Hakaneulan

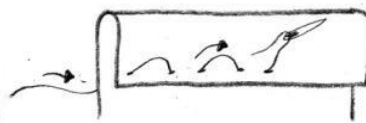
- ③ Sitten ommellaan pussin seinät kiinni. Taita kangas kahtia (niin, että nyörisaumot jäävät ulkopuolelle), ja ompele pystyreunat kiinni toisiinsa. (Jätä nyörikuja vapaaksi.)



- ① Taita kankaan molemmista päädyistä 3cm nyörikujaksi.

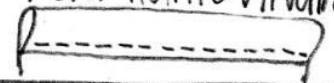


- ② Ompele nyörikujat kiinni taitettujen liepeiden reunoista.

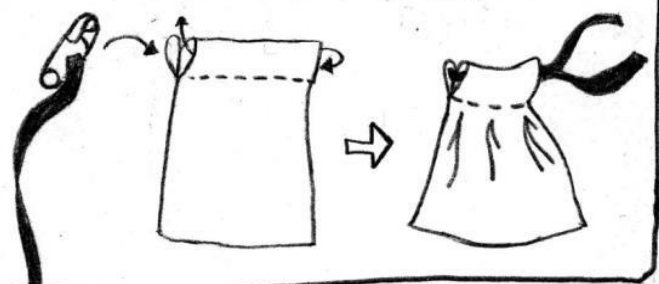


Koita tehdä mahdollisimman tiheitä pistoja! ☺

↑ sivusta se näyttää tältä, mutta tietysti lanka kiristään niin, että lopputulos näyttää katkoviivalta.



- ④ Lopuksi pussi käännetään nurin, että saumat jäävät pussin sisään. Nyöri pujotetaan nyörikujaan hakaneulan avulla.



RYHMIINJAKAUTUMISKORTIT



Nokkonen

Piristää ja virkistää!
Lisäksi sisältää huomasti erilaisia
vitamiineja.



Siankärsämö

Estää flunssan tulemistä, ja auttaa
flunssan oireisiin.



Kanerva

Rauhoittaa mieltä
ja auttaa ripuliin.



Kehäkukka

Auttaa ihovaivoissa.



Ruusu

Lisää rakkautta ja rohkeutta, sekä
vähentää kiukuttelua. 😊

KADONNUT YRTTITIETO -KORTIT

 Nokkonen	 Käytetään nuorista kasveista lehdet. Nautitaan teenä, ja voidaan käyttää myös vihanneksena.	 Piristää ja virkistää. Toimii myös kuin Multivita konsanaan!
 Ruusu	 Kauniit kukan terälehdet keitetään teeksi.	 Lisää rakkautta ja rohkeutta maailmaan. <3
 Kehäkukka	 Kukkia käytetään ulkoisesti, eli voidaan tehdä vaikka öljyä tai kääreitä.	 Auttaa kaikenlaisiin iho-ongelmiin.
 Kanerva	 Kukat laitetaan teen sekaan.	 On mainio iltatee, koska rauhoittaa sekä mieltä että vatsaa.
 Siankärsämö	 Kasvista voidaan käyttää kukat, varsi ja lehdet. Usein tehdään teetä, mutta lehtiä voi syödä sellaisenaankin.	 Auttaa sankarin tavoin lähes kaikkiin vaivoihin. Flunssaan erityisesti (niiskutukseen, yskään, kurkkukipuun...)!

LOPPUDIPLOMI



Yrttiystävien toimikunnan virallinen DIPLOMI

Onneksi olkoon

Olet osoittanut tänään ____ huomioitavaa rohkeutta, päättelykykyä ja yhteistyötaitoja seikkailulla yrttien kadonneeseen maailmaan. Olet oppinut paljon uutta ja mikä tärkeintä, olet auttanut Yrttiystäviä ja ihmisiä löytämään kadonneen ystävyytensä. Toivottavasti oppimistasi taidoista on sinulle, ystävillesi ja perheellesi paljon iloa tulevaisuudessa!

Parhain terveisin ja tuhannesti avustasi kiittäen

Kaikkien Kasvien Muinainen Henki

Tässä vielä muistoksi seikkailijan yrttimuistilista. Oikein hauskoja hetkiä yrttien ja luonnon parissa!

Kanerva

- Rauhoittaa
- Käytetään violetitkukat
- Nautitaan teenä

Siiankärsä

- Auttaa flunssan oireisiin
- Käytetään koko kasvi: varsi, lehdet ja kukka
- Nautitaan teenä, tai yrttisenä mausteena ruoassa

Nokkonen

- Pirstaa sekä sisältää kaikki mahdolliset vitamiinit ja hivenaineet
- Käytetään nuorista nokkosista lehdet
- Nautitaan teenä, tai pinaatin tapaan ruoanlaitossa

Kehäkukka

- Parantaa kaikenlaisia iho-oireita kuten ihottumaa, kutinaa ja hyttysenpuremia
- Käytetään kukat kokonaisina
- Käytetään ulkoisesti, esim. kääreenä

Ruusu

- Lisää rakkautta ja rohkeutta sekä vähentää kiukuttelua
- Käytetään kukan terälehdet
- Nautitaan teenä

Tässä vielä pienet muistutukset ☺

- Poimi vain kasveja, jotka varmasti tunnet
- Poimi yrttejä vain puhtailta paikoilta
- Määrä tekee myrkyin, eli maistele tuttuja & turvallisiakin kasveja vain vähän

OPETTAJAN PALAUTELOMAKE

Palautelomake Pirkanmaan Perinnepihan ohjelmasta

Perustiedot (Palautteen voi antaa myös anonymisti)

Opettajan nimi:

Opettajan puhelinnumero:

Opettajan sähköpostiosoite:

Vierailun päivämäärä:

Lasten lukumäärä:

Lasten ikä:

Käytetty Perinnepihan ohjelma:

Ohjelmaa koskevat kysymykset

Ympyröi vastauksesi kynällä tai paksunna teksti Lihavoi-toiminnolla riippuen siitä, täytätkö palautteen käsin vai sähköpostitse. Kiitos!

1. Miten ohjelma vastasi odotuksiasi?

- A) Erittäin hyvin B) Hyvin C) Kohtalaisesti D) Huonosti E) Erittäin huonosti
F) En osaa sanoa

2. Millainen ohjelman opetussisältö mielestäsi oli?

- A) Erittäin hyvä B) Hyvä C) Kohtalainen D) Huono E) Erittäin huono
F) En osaa sanoa

3. Miten ohjelman käytännön järjestelyt ja toteutus mielestäsi sujuivat Perinnepihalla?

- A) Erittäin hyvin B) Hyvin C) Kohtalaisesti D) Huonosti E) Erittäin huonosti
F) En osaa sanoa

4. Kuinka ohjelman aikataulutus toimi?

- A) Erittäin hyvin B) Hyvin C) Kohtalaisesti D) Huonosti E) Erittäin huonosti
F) En osaa sanoa

5. Kuinka hyvin tämä ohjelma sopi tälle lapsimäärälle?

- A) Erittäin hyvin B) Hyvin C) Kohtalaisesti D) Huonosti E) Erittäin huonosti
F) En osaa sanoa

6. Kuinka hyvin tämä ohjelma sopi tälle ikäryhmälle?



Seikkailu yrttien kadonneeseen maailmaan – Ohjelmapaketti peruskoulun 2.–6.-luokkalaistille yrttien keräilystä ja käytöstä

- A) Erittäin hyvin B) Hyvin C) Kohtalaisesti D) Huonosti E) Erittäin huonosti
F) En osaa sanoa

7. Kuinka innostuneilta lapset vaikuttivat?

- A) Erittäin innostuneilta B) Innostuneilta C) Kohtalaisen innostuneilta
D) Ei lainkaan innostuneilta E) En osaa sanoa

8. Suositteletko Perinnepihan ohjelmaa kollegoillesi?

- A) Ehdottomasti B) Melko todennäköisesti C) Mahdollisesti D) Luultavasti en
E) Ehdottomasti en F) En osaa sanoa

9. Olisi todella mukava kuulla lisää. Onko sinulla ruusuja, risuja, kehitysideoita tai muita kommentteja? Jos vastasit joihinkin kysymyksiin D-, E- tai F-vaihtoehtoon, haluaisimme kuulla, miten olisimme voineet tehdä kokemuksestanne paremman. Arvostamme palautettasi!

Jos olit tekemässä Seikkailu yrttien kadonneeseen maailmaan -ohjelmaa, vastaisitko myös seuraaviin kysymyksiin! ☺

10. Olivatko ohjelman toteuttamisen ohjeet ja materiaalit mielestäsi selkeät?

- A) Erittäin selkeät B) Selkeät C) Kohtalaisen selkeät D) Melko sekavat
E) Erittäin sekavat F) En osaa sanoa

11. Olivatko ohjelman toteuttamisen ohjeet ja materiaalit mielestäsi helpot ja käytännölliset ottaa käyttöön?

- A) Erittäin helpot B) Kohtalaisen helpot C) Kohtalaisen vaikeat
D) Erittäin vaikeat E) En osaa sanoa

12. Miten etukäteen tehtävät ennakotehtävät mielestäsi toimivat?

- A) Erittäin hyvin B) Hyvin C) Kohtalaisesti D) Huonosti E) Erittäin huonosti
F) En osaa sanoa

13. Miten seikkailumainen ja tarinallinen lähestymistapa mielestäsi toimi opetuskäytössä?

- A) Erittäin hyvin B) Hyvin C) Kohtalaisesti D) Huonosti E) Erittäin huonosti
F) En osaa sanoa

Kiitos palautteestasi!

